



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Суворова И.Б.)

27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,74	7,56	44,36	272,71
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 8	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		818.00	20.74	21.10	108.89	706.52
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		295.00	0.53	0.43	9.84	48.01
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		719.00	24.06	21.30	99.57	691.60
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 8	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		480.00	12.30	7.45	70.61	388.59
Ужин 1	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	59	2,52	5,52	3,42	73,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ гр8	150	2,69	6,26	3,13	80,46
	ХЛЕБЦЫ гр 8	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		694.00	30.88	24.01	86.52	660.94
Итого за день		3010.00	88.51	74.29	375.43	2495.66

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Суворова И.Б.)
 27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		352.00	9.50	9.78	41.93	291.07
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		584.00	19.10	16.32	79.83	549.79
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		230.00	9.22	6.50	43.80	260.38
Ужин 1	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	39	1,68	3,68	2,28	48,8
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	13,32	5,46	0	102,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		409.00	19.81	12.83	51.11	374.33
Итого за день		1672.00	58.03	45.83	226.47	1522.57

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)
 Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)