

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		363.00	10.91	9.63	49.14	298.32
Завтрак 2	ЯБЛОКО	104	0,47	0,47	11,58	55,55
	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого за завтрак 2		284.00	1.37	0.65	29.40	132.95
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0	12,88	53,56
Итого за обед		590.00	18.08	22.12	57.34	501.82
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		180.00	5.97	5.08	29.48	188.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		415.00	12.71	15.78	29.05	325.51
Итого за день		1835.00	49.04	53.26	194.41	1447.00

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
Итого за завтрак 1		585.00	16.83	16.59	95.49	559.70
Завтрак 2	ЯБЛОКО	104	0,47	0,47	11,58	55,55
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		304.00	1.47	0.67	31.38	141.55
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2	0	14,3	59,5
Итого за обед		716.00	22.71	29.19	72.71	644.05
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	60	3,55	2,8	45	219,6
Итого за полдник		240.00	8.59	7.21	53.37	313.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,08	0,15	8,59	37,94
	БАТОН	14	0,86	0,14	7,41	34,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
Итого за ужин 1		593.00	21.71	28.29	49.28	515.39
Итого за день		2443.00	71.31	81.95	302.23	2174.61

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)