

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
03.02.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	131	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	122	2,34	2,58	11,21	74,29
Итого за завтрак 1		282.00	9.17	9.42	40.37	280.72
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		585.00	19.71	19.45	75.91	564.34
Полдник	ЙОГУРТ	163	4,35	3,75	16,5	117
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		213.00	7.95	6.75	43.70	269.00
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	117	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		406.00	11.40	6.45	41.21	287.68
Итого за день		1689.00	49.23	42.27	220.99	1487.74

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
03.02.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	157	4,45	5,38	19,5	145,17
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	147	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		339.00	11.78	12.61	45.87	341.76
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		700.00	24.52	25.41	89.78	690.79
Полдник	ЙОГУРТ	195	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		245.00	8.82	7.50	47.00	292.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	117	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		490.00	13.71	8.09	51.95	363.10
Итого за день		1979.00	59.83	53.81	254.40	1774.05

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