

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн
			Белки	Жиры	Углеводы	
	04.03.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	171	4,98	6	21,74	161,81
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	142	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		341,00	9,34	13,51	48,16	348,43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	5,07	3,03	57
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	8,24	81,27
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	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		721,00	22,13	23,65	85,80	650,72
Полдник	ЙОГУРТ	197	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		247,00	8,82	7,50	47,00	292,40
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,48	0	0,96	7,92
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		485,00	8,59	7,19	51,19	372,70
Итого за день		1899,00	49,28	52,25	241,95	1711,25

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
03.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	128	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	134	2,67	2,94	12,77	84,64
		290,00	7,93	11,84	41,98	303,01
Итого за завтрак 1		100	0,4	0,4	9,8	47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3,00				
Итого за на весь день		40	0,67	3,38	2,02	38
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	180	3,83	3,96	5,57	78,75
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	8,54	7,2	4,43	122,25
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	27	1,38	0,25	10,13	49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	150	0	0	8,08	32,25
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	585,00	17,75	18,34	67,88	517,71
	Итого за обед		164	4,35	3,75	16,5
Полдник	ЙОГУРТ	50	3,6	3	27,2	152
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	214,00	7,95	6,75	43,70	269,00
Итого за полдник		33	0,32	0	0,64	5,28
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	60	1,89	2,06	1,71	89,43
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	150	0,03	0	7,63	30,65
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	403,00	6,90	6,36	41,06	305,09
	Итого за ужин 1		1595,00	40,93	43,69	204,42
Итого за день						

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