

Прием пищи		Наименование блюда	06.11.2024	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1		ЛАПША МОЛОЧНАЯ		200	4,7	4,9	16	
		БАТОН		25	1,5	0,25	12,85	125,8
		МАСЛО ПОРЦИЯМИ		5	0,05	4,15	0,05	59,5
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)		40	5,08	4,36	0,3	37,5
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	3,2	2,7	15,7	62,8
Итого за завтрак 1				470.00	14.53	16.36	44.90	386.30
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		ХЛЕБЦЫ (диета)		30	2,37	0,42	24,57	111,6
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ		35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ		60	1	4	4,9	59,7
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		200	3,55	4,44	8,15	97,18
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)		150	2,92	4,92	15	141,14
		ПОДЛИВ		80	9,93	23,35	10,18	278,3
Итого за обед		ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	0,4	1,9	3,5	33,7
Полдник		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0	0,24	13,32	58,8
Итого за полдник				180.00	0	0	9,7	38,7
Ужин 1		МОЛОКО		750.00	19.48	38.85	64.75	707.52
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		200	5,6	4,9	9,3	104,8
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО		33	1,95	1,54	24,75	120,78
		БАТОН		233.00	7.55	6.44	34.05	225.58
		ЧАЙ БЕЗ САХАРА		60	0,59	0,05	8,76	35,65
Итого за ужин 1		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		128	12,48	12,01	18,4	243,51
Итого за день				30	1,99	2,37	16,3	20,37
				35	2,1	0,35	17,99	83,3
				180	0,11	0,03	0,04	0,82
				150	2,18	4,37	25,3	148,8
				583.00	19.45	19.18	86.79	532.45
				2271.00	64.38	81.45	274.86	2049.45

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

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
 05.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи		Наименование блюда	06.11.2024	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1		ЛАПША МОЛОЧНАЯ		150	3,53	3,68	12	94,35
		БАТОН		25	1,5	0,25	12,85	59,5
		МАСЛО ПОРЦИЯМИ		5	0,05	4,15	0,05	37,5
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)		40	5,08	4,36	0,3	62,8
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1				400.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Завтрак 2		СОК (фруктовый/овощной)		150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2				150.00	0.75	0.15	14.84	64.50
На весь день		Соль йодированная		3	0	0	0	0
Итого за на весь день				3.00				
Обед		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ		40	0,71	2,58	2,84	38,04
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ		180	1,95	2,96	6,42	59,96
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		120	2,34	3,94	12	112,93
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)		60	7,45	17,51	7,64	208,73
		ПОДЛИВ		30	0,24	1,14	2,1	20,22
Итого за обед		ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,12	0,16	8,8	39,2
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0	0	8,08	32,25
				600.00	13.81	28.29	47.88	511.33
Полдник		МОЛОКО		180	5,04	4,41	8,37	94,32
		ПРЯНИКИ		32	1,89	1,49	24	117,12
Итого за полдник				212.00	6.93	5.90	32.37	211.44
Ужин 1		МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ		40	0,39	0,03	5,84	23,76
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		128	12,48	12,01	18,4	243,51
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО		30	1,99	2,37	16,3	20,37
		БАТОН		20	1,2	0,2	10,28	47,6
		ЧАЙ БЕЗ САХАРА		180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1				398.00	16.17	14.64	50.86	336.06
Итого за день				1763.00	50.70	63.85	185.28	1468.11

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