

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
04.12.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.12.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	130	3,21	3,36	15,59	105,29
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		334.00	8.71	7.65	41.82	275.62
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за завтрак 2		150.00	0.38		9.90	42.23
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,49	3,03	2,49	40,66
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	179	3,29	4,67	9,68	92,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,38	149,86
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	57	6,55	6,33	10,56	121,53
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		607.00	14.36	19.52	74.13	526.05
Полдник	КЕФИР	186	5,39	0,18	7,19	55,75
	БАТОН	11	0,88	0,15	7,54	34,91
Итого за полдник		197.00	6.27	0.33	14.73	90.66
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,46	1,94	1,94	27,67
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	120	5,01	6,14	22,79	167,07
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	11	0,89	0,15	7,61	35,24
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		338.00	7.74	8.48	49.80	308.39
Итого за день		1629.00	37.46	35.98	190.38	1242.95

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
04.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.12.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
		356.00	9.66	8.76	44.22	299.12
Итого за завтрак 1		180	0,46	0	11,88	50,67
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180.00	0.46		11.88	50.67
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3.00				
Итого за на весь день		50	0,61	3,79	3,11	50,82
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	199	3,66	5,19	10,76	102,86
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	75	8,77	8,48	14,14	162,76
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	705.00	17.56	23.57	87.06	626.13
Итого за обед		185	5,39	0,18	7,19	55,75
Полдник	КЕФИР	11	0,92	0,15	7,85	36,36
	БАТОН	196.00	6.31	0.33	15.04	92.11
Итого за полдник		50	0,83	3,33	3,75	48,25
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	130	5,43	6,65	24,69	180,99
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	26	1,38	0,25	10,13	49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,1	0,35	17,99	83,3
	БАТОН	180	0	0	8,8	35,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	411.00	9.74	10.58	65.36	396.84
Итого за ужин 1		1851.00	43.73	43.24	223.56	1464.87
Итого за день						

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