

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА					
	ПОВИДЛО	128	12,68	12,2	18,69	247,31
	БАТОН	23	0,07	0,07	15,84	61,45
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
Итого за завтрак 1		150	2,17	1,88	11,15	74,1
Завтрак 2	ЯБЛОКО	331.00	16.47	18.55	58.58	479.86
Итого за завтрак 2		88	0,4	0,4	9,8	47
На весь день	Соль йодированная	88.00	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за на весь день		3	0	0	0	0
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	3.00				
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	40	1,35	5,21	2,23	61,56
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	0,53	2,55	1,7	31,98
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за обед		150	0,08	0	9,82	41,63
Полдник	КЕФИР	597.00	17.26	20.57	57.61	487.11
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	180	5,39	0,18	7,19	55,75
Итого за полдник		49	4,92	7,08	22,84	181,52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	229.00	10.31	7.26	30.03	237.27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	10,08	3,66	2,67	87
	БАТОН	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	25	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1-		150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за день		415.00	15.99	9.37	49.90	375.24
		1663.00	60.43	56.15	205.92	1626.48

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергичность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12,88	11,75	20,25	253,88
	ПОВИДЛО	23	0,07	0,07	15,84	61,45
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за завтрак 1		540.00	19.89	22.94	92.81	673.85
Завтрак 2	ЯБЛОКО	88	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		88.00	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 МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	45	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,64	0,24	11,88	57,65
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	180	0,09	0	11,79	49,95
Итого за обед		725.00	24.30	38.23	68.05	665.52
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	69	6,89	9,91	31,97	254,13
Итого за полдник		269.00	12.88	10.11	39.96	316.07
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	76	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	68,9
Итого за ужин 1		535.00	21.79	12.64	69.44	512.13
Итого за день		2162.00	79.26	84.32	280.06	2214.57

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