

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
07.10.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	138	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	3	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		352,00	8,38	7,53	40,42	262,20
Завтрак 2	СОК (Фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		300,00	1,42	0,62	29,59	133,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00	0	0	0	0
Обед	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	39	1,07	2,4	4,6	43,47
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	26,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
Итого за обед		578,00	15,58	16,75	73,73	459,29
Полдник	СНЕЖОК	155	4,27	3,81	16,77	117,39
Итого за полдник	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	47	2,68	1,01	38,23	143,36
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	202,00	6,95	4,82	55,00	260,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	40	0,53	2	4,2	37,67
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	118	2,53	3,13	11,4	101,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
Итого за ужин 1	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	20	1,12	0,16	8,88	39,2
Итого за день		150	0,17	0,17	11,58	55,75
		387,00	6,94	8,25	38,22	290,18
		1822,00	39,27	37,97	236,96	1405,42

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
07.10.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	184	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Завтрак 2	СОК (Фруктовый/овощной)	551,00	12,77	14,22	71,98	465,58
Итого за завтрак 2	ЯБЛОКО	200	1	0,2	19,8	86
На весь день	Соль йодированная	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за на весь день		300,00	1,40	0,60	29,60	133,00
Обед	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	5	0	0	0	0
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	5,00				
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	58	1,6	3,6	8,9	65,2
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	199	3,27	3,97	6,24	81,27
	БАТОН	150	3,9	5,5	39,1	120,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	7,89	7,89	3,19	138
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	29	1,8	0,3	15,42	71,4
Полдник	СНЕЖОК	20	1,12	0,16	8,8	39,2
Итого за полдник	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	716,00	19,67	21,51	95,75	586,16
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	203	5,6	5	22	154
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	68	3,75	1,41	53,52	200,71
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	269,00	9,35	8,41	75,52	354,71
Итого за ужин 1	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	60	0,8	3	6,3	56,5
Итого за день	БАТОН	148	3,17	3,92	14,25	127,33
		79	3,66	4,1	2,7	102,35
		30	1,68	0,24	13,32	58,8
		180	0,2	0,2	13,89	66,9
		24	1,5	0,25	12,85	59,5
		521,00	11,01	11,71	63,31	471,38
		2382,00	54,20	54,45	336,16	2010,83

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