

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценности
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150	4,25	3,96	24,42	149,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		400.00	13.76	15.15	51.75	400.41
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	70	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		70.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	178	3,15	4,95	6,12	90,45
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	60	9,52	21,37	6,76	249,26
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	28	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		616.00	19.68	35.38	69.83	617.28
Полдник	КЕФИР	143	4,25	0,14	5,67	44
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		193.00	7.45	2.80	31.39	190.29
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,3
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		395.00	24.86	13.17	54.51	432.34
Итого за день		1677.00	66.64	66.70	215.58	1683.32

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	14.36	15.68	54.95	420.48
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	70	0,89	0,2	8,1	43
	МАНДАРИН	83	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		153.00	1.45	0.34	23.30	107.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	198	3,2	5,09	6,48	95,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	80	12,69	28,49	9,01	332,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	48	0,88	4,25	2,84	53,3
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		786.00	25.89	47.04	94.91	827.19
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		250.00	8.80	7.56	35.02	251.09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за ужин 1		625.00	31.56	20.28	94.11	687.99
Итого за день		2249.00	82.06	90.90	302.29	2293.75

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