

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценности
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.11.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	195	5,19	5,65	27,24	180,04
	БАТОН	21	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		417,00	9,94	12,75	55,84	377,74
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	0,89	3,9	4,19	56,29
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	2,98	4,64	7,84	94,72
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	5,45	10,92	20	199,98
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (СВИНИНА)	78	13,39	2,47	13,45	351,04
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,54	0,46	18,63	90,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		712,00	25,23	22,39	73,81	830,91
Полдник	МОЛОКО	192	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	68	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		260,00	10,23	14,47	39,41	347,80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	142	20,64	13,76	32,32	335,58
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,8	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	2,18	0,36	18,65	86,55
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	38,78
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	120	1,75	3,49	20,24	119,04
Итого за ужин 1		581,00	25,91	22,81	88,36	869,55
Итого за день		2083,00	71,71	72,82	267,22	2273,00

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Т.Ю. Смышляева (Смышляева Т.Ю.)
08.11.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	146	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	21	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	176	2,88	2,43	14,13	90,63
	Итого за завтрак 1	348,00	8,13	10,71	45,02	309,12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	84	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		84,00	0,40	0,40	9,30	44,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,71	2,58	2,84	37,78
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	2,98	4,41	7,02	89,82
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	120	4,36	8,74	16	159,97
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (СВИНИНА)	58	10,04	1,85	10,09	263,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,4	16,21	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		587,00	20,28	17,98	60,24	661,50
Полдник	МОЛОКО	144	4,2	3,67	6,97	78,51
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		192,00	7,51	10,51	28,48	252,08
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79	35,39
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	136	19,62	13,08	30,73	319,04
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	25	1,79	0,3	15,3	70,83
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		400,00	22,50	17,58	59,75	494,41
Итого за день		1614,00	58,82	57,18	202,79	1761,76

Исполнитель: Медсестра

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