

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                   | Вес блюда  | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                      |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| Завтрак 1             | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                   | 11.12.2024 |                  |       |          |             |
|                       | БАТОН                                | 130        | 4,06             | 3,96  | 19,21    | 103,12      |
|                       | ПОВИДЛО                              | 21         | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                     | 21         | 0,06             | 0,06  | 14,46    | 56,11       |
| Итого за завтрак 1    |                                      | 150        | 2,4              | 2,03  | 11,78    | 75,53       |
| Завтрак 2             | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА          | 322.00     | 8.02             | 6.30  | 58.30    | 294.26      |
| Итого за завтрак 2    |                                      | 150        | 0,38             | 0     | 9,9      | 42,23       |
| На весь день          | Соль йодированная                    | 150.00     | 0.38             |       | 9.90     | 42.23       |
| Итого за на весь день |                                      | 3          | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ        | 3.00       |                  |       |          |             |
|                       | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ                 | 40         | 0,67             | 2,73  | 3        | 39,27       |
|                       | АЗУ (СВИНИНА)                        | 180        | 6,98             | 3,46  | 9,43     | 100,08      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 121        | 7,96             | 14,36 | 13,67    | 187,53      |
|                       | БАТОН                                | 20         | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
|                       | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                      | 17         | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
| Итого за обед         |                                      | 150        | 0,15             | 0,08  | 11,63    | 47,63       |
| Полдник               | МОЛОКО                               | 528.00     | 18.08            | 20.99 | 56.81    | 461.31      |
| Итого за полдник      | ПЕЧЕНЬЕ                              | 150        | 4,2              | 3,68  | 6,98     | 78,6        |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 14         | 0,01             | 0     | 11,7     | 47,31       |
|                       | ОМЛЕТ                                | 164.00     | 4.21             | 3.68  | 18.68    | 125.91      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 40         | 0,46             | 2,05  | 2,11     | 25,35       |
|                       | БАТОН                                | 100        | 5,75             | 6,75  | 3,42     | 109,42      |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                       | 20         | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
| Итого за ужин 1       |                                      | 21         | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
| Итого за день         |                                      | 180        | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
|                       |                                      | 361.00     | 8.94             | 9.24  | 27.22    | 234.29      |
|                       |                                      | 1528.00    | 39.63            | 40.21 | 170.91   | 1158.00     |

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

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                   | Вес блюда  | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                      |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| Завтрак 1             | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                   | 11.12.2024 |                  |       |          |             |
|                       | БАТОН                                | 150        | 4,68             | 4,57  | 22,16    | 118,98      |
|                       | ПОВИДЛО                              | 21         | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                     | 21         | 0,06             | 0,06  | 14,46    | 56,11       |
| Итого за завтрак 1    | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ             | 180        | 2,88             | 2,43  | 14,13    | 90,63       |
| Завтрак 2             | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА          | 120        | 2,86             | 3,65  | 29,91    | 163,47      |
| Итого за завтрак 2    |                                      | 492.00     | 11.98            | 10.96 | 93.51    | 488.69      |
| На весь день          | Соль йодированная                    | 180        | 0,46             | 0     | 11,88    | 50,67       |
| Итого за на весь день |                                      | 180.00     | 0.46             |       | 11.88    | 50.67       |
| Обед                  |                                      | 5          | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ        | 5.00       |                  |       |          |             |
|                       | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ                 | 50         | 0,83             | 3,42  | 3,75     | 49,08       |
|                       | АЗУ (СВИНИНА)                        | 180        | 6,98             | 3,46  | 9,43     | 100,08      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 152        | 10               | 18,04 | 17,17    | 235,58      |
|                       | БАТОН                                | 31         | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                      | 21         | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
| Итого за обед         |                                      | 180        | 0,18             | 0,09  | 13,96    | 57,15       |
| Полдник               | МОЛОКО                               | 614.00     | 21.17            | 25.50 | 70.48    | 560.19      |
| Итого за полдник      | ПЕЧЕНЬЕ                              | 180        | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32       |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 11         | 0,01             | 0     | 9,19     | 37,17       |
|                       | ОМЛЕТ                                | 191.00     | 5.05             | 4.41  | 17.56    | 131.49      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 50         | 0,57             | 2,56  | 2,63     | 31,68       |
|                       | БАТОН                                | 120        | 6,9              | 8,1   | 4,1      | 131,3       |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 20         | 1,08             | 0,15  | 8,59     | 37,94       |
|                       | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                    | 29         | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ                | 180        | 0                | 0     | 8,8      | 35,3        |
| Итого за ужин 1       |                                      | 100        | 2,81             | 3,74  | 20,33    | 75,83       |
| Итого за день         |                                      | 50         | 4,93             | 4,93  | 1,99     | 85          |
|                       |                                      | 549.00     | 18.39            | 19.83 | 64.43    | 480.35      |
|                       |                                      | 2031.00    | 57.05            | 60.70 | 257.86   | 1711.39     |

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