

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
11.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	129	3,72	3,21	15,75	107,56
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	149	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		303.00	7.39	5.34	39.75	241.16
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	29	0,34	1,99	2,73	30,24
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	151	3,15	4,02	9,33	92,54
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	99	2,16	2,05	8,43	64,28
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	55	4,9	2,89	0,4	84,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	148	0	0	13,69	48,7
Итого за обед		512.00	12.23	11.19	47.90	379.22
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		228.00	8.70	7.02	28.70	229.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	31	0,36	2,24	1,84	30,01
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	110	4,59	5,62	20,89	153,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		364.00	8.37	9.27	55.79	325.92
Итого за день		1510.00	37.09	33.22	181.94	1222.62

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
11.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	178	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,86	3,65	29,91	163,47
		472.00	11.27	9.86	74.33	436.13
Итого за завтрак 1		100	0,4	0,4	9,8	47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	5.00				
Итого за на весь день		49	0,57	3,32	4,57	50,66
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	181	3,78	4,82	11,18	110,92
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	119	2,6	2,46	10,13	77,26
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	54	6,63	9,41	0	116,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,44	0,24	12,34	57,12
	БАТОН	178	0	0	14,49	58,32
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	635.00	16.70	20.49	66.03	529.82
Итого за обед		201	5,99	0,2	7,99	61,94
Полдник	КЕФИР	48	3,31	6,84	21,51	173,57
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	249.00	9.30	7.04	29.50	235.51
Итого за полдник		52	0,61	3,75	3,08	50,35
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	130	5,43	6,65	24,69	180,99
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	БАТОН	178	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	404.00	9.46	11.81	60.83	374.10
Итого за ужин 1		1865.00	47.13	49.60	240.49	1622.56
Итого за день						

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