

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
12.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.09.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	14	3,23	4,17	0	51,12
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за завтрак 1		588.00	15.50	18.71	76.20	535.67
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	61	0,5	3,1	1,7	36,4
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,09	6,48	95,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		730.00	25.32	29.28	65.41	657.89
Полдник	РЯЖЕНКА	194	5,81	1,94	8,14	77,48
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ	70	5,2	2,7	30,59	176,98
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за полдник		464.00	16.61	9.54	48.03	359.26
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	2,81	3,74	20,33	75,83
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		612.00	24.66	27.49	78.18	634.68
Итого за день		2469.00	82.98	85.22	275.92	2230.50

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
12.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.09.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,32
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		364.00	10.73	11.08	43.74	318.31
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 СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	43	0,29	2,14	1,21	26
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,15	4,95	6,12	90,45
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	12,33	11,77	8,6	189,64
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		602.00	19.74	23.37	51.65	522.95
Полдник	СНЕЖОК	161	4,48	4	17,59	123,15
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ	50	3,71	1,93	21,85	126,41
Итого за полдник		211.00	8.19	5.93	39.44	249.56
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	28	1,8	0,3	15,42	71,4
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за ужин 1		418.00	15.24	16.28	50.31	419.64
Итого за день		1668.00	54.79	56.86	193.24	1553.46

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