

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	179	4,05	5,31	19,79	143,02
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	178	0	0	8,8	35,3
		385.00	5.55	5.56	41.44	237.82
Итого за завтрак 1		88	0,4	0,4	9,8	47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	88.00	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ХЛЕБЦЫ (диета)	35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Итого за на весь день		60	0,69	3,07	3,16	38,02
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	195	2,32	3,28	4,16	55,2
	ЩИ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	70	2,2	2,4	2	81
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	49	0,4	1,9	3,5	33,7
	ПОДЛИВ	19	1,1	0,16	8	38,79
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	178	0	0	14,49	58,32
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	721.00	10.61	16.31	74.41	431.43
Итого за обед		189	5,6	5	22	154
Полдник	СНЕЖОК	48	3,31	6,84	21,51	173,57
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	237.00	8.91	11.84	43.51	327.57
Итого за полдник		59	1	4	4,5	57,9
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	БАТОН	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	178	0,04	0	9,15	36,78
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	455.00	7.99	8.51	59.21	364.11
Итого за ужин 1		1921.00	35.83	43.04	252.94	1519.53
Итого за день						

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
		149	3,38	4,43	16,5	119,25
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	БАТОН	178	0	0	8,8	35,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	355.00	4.88	4.68	38.15	214.05
Итого за завтрак 1		84	0,4	0,4	9,3	44,65
Завтрак 2	ЯБЛОКО	84.00	0.40	0.40	9.30	44.65
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3.00				
Итого за на весь день		40	0,46	2,05	2,11	25,35
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	175	2,09	2,95	3,74	49,68
	ЩИ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	29	0,24	1,14	2,1	20,22
	ПОДЛИВ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	148	0	0	13,69	48,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	581.00	8.66	12.39	60.82	345.27
Итого за обед		142	4,21	3,76	16,54	115,77
Полдник	СНЕЖОК	48	3,31	6,84	21,51	173,57
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	190.00	7.52	10.60	38.05	289.34
Итого за полдник		39	0,61	2,58	2,58	36,89
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	БАТОН	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	149	0,03	0	7,63	30,65
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	365.00	6.35	6.20	47.78	287.70
Итого за ужин 1		1578.00	27.81	34.27	194.10	1181.01
Итого за день						

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