

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	196	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,81	1	11,44	44,16
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за завтрак 1		555.00	9.93	16.99	71.99	465.51
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	69	0,89	0,2	8,1	43
	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64
Итого за завтрак 2		219.00	1.64	0.35	22.94	107.50
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	9,3	14,74	18,13	242,63
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		732.00	31.50	37.17	79.48	775.86
Полдник	КЕФИР	195	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ	69	5,2	2,7	30,59	176,98
Итого за полдник		264.00	11.19	2.90	38.58	238.92
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	59	1,1	5,3	4,6	71,4
	ОМЛЕТ	145	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,86	3,65	29,91	163,47
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		631.00	22.29	25.59	82.14	678.40
Итого за день		2406.00	76.55	83.00	295.13	2796.19

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
13.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	147	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,81	1	11,44	44,16
		356.00	6.40	10.82	41.10	272.82
Итого за завтрак 1		69	0,89	0,2	8,1	43
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	150	0,75	0,15	14,84	64,5
	СОК (фруктовый/овощной)	219.00	1.64	0.35	22.94	107.50
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3.00				
Итого за на весь день		41	0,64	2,04	3,08	32,96
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	120	7,44	11,79	14,51	194,11
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ПОДЛИВ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0	0	13,69	48,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	601.00	24.36	28.96	64.60	609.07
Итого за обед		176	5,39	0,18	7,19	55,75
Полдник	КЕФИР	49	3,71	1,93	21,85	126,41
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ	225.00	9.10	2.11	29.04	182.16
Итого за полдник		39	0,8	3,47	3,02	46,22
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	145	8,63	10,13	5,13	164,13
	ОМЛЕТ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	БАТОН	150	0	0	7,33	29,41
	ЧАЙ С САХАРОМ	396.00	12.91	14.14	44.22	369.96
Итого за ужин 1		1800.00	54.41	56.38	201.90	1541.51
Итого за день						

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