

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
13.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	14.11.2024					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	123	11,64	11,2	17,16	227,01
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	23	1,53	1,82	12,5	15,62
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		361.00	15,38	13,40	47,69	326,75
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	146	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		146.00	0,75	0,15	14,84	64,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,5
Итого за обед		580.00	13,51	11,97	46,73	394,18
Полдник	КЕФИР	170	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		201.00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	39	0,49	3,03	2,49	40,66
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	120	7,44	11,79	14,51	194,11
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,95	0,14	7,48	33,32
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		411.00	12,97	18,00	46,82	412,70
Итого за день		1702.00	49,77	45,10	185,77	1363,68

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
13.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	14.11.2024					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	134	11,21	10,22	17,62	220,91
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
		528.00	17,59	17,34	77,25	474,20
Итого за завтрак 1		195	1	0,2	19,8	86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	195.00	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	0	0	0	0	0
Итого за на весь день	ХЛЕБЦЫ (диета)	5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	8	11,36	0	140,93
	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		650.00	16,18	21,30	50,79	465,70
Полдник	КЕФИР	189	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,28	1,81	29,03	141,68
Итого за полдник		229.00	8,27	2,01	37,02	203,62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	59	0,74	4,54	3,73	61
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	120	7,44	11,79	14,51	194,11
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,93	0,13	7,35	32,44
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		484.00	14,57	20,86	52,51	496,60
Итого за день		2091.00	57,61	61,71	237,37	1726,12

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