

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	141	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ПОВИДЛО	24,23	0,08	0,08	17,45	67,68
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	171	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		359,23	8,50	8,18	61,19	349,47
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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,27	0	0,54	4,46
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	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	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		582,00	23,75	19,66	53,07	504,61
Полдник	МОЛОКО	135	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПРЯНИКИ	39	2,3	1,82	29,25	142,74
Итого за полдник		174,00	6,50	5,50	36,23	221,34
Ужин 1	ОМЛЕТ	136	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		339,00	12,11	10,67	41,20	323,74
Итого за день		1557,23	51,26	44,41	201,49	1446,16

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	188	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	190	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		407.00	11.48	11.96	50.90	357.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		178.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,27	0	0,54	4,46
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	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	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		690.00	29.90	24.84	66.79	633.84
Полдник	МОЛОКО	162	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	39	2,3	1,82	29,25	142,74
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	45,4	1,82	17,95	23,58	263,11
Итого за полдник		246.40	9.16	24.18	61.20	500.17
Ужин 1	ОМЛЕТ	135	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за ужин 1		523.00	14.59	15.09	70.54	490.33
Итого за день		2049.40	66.03	76.25	267.24	2059.40

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