

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
17.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	136	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	140	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		305.00	9.00	8.72	40.31	280.53
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	144.82	0.72	0.14	14.33	62.27
Итого за завтрак 2		144.82	0.72	0.14	14.33	62.27
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		583.00	19.17	18.23	79.65	569.16
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	49	4	2	24	119,98
Итого за полдник		229.00	9.22	6.50	43.80	260.38
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	13,1	10,77	5,51	171,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		408.00	18.98	16.46	56.87	427.02
Итого за день		1672.82	57.09	50.05	234.96	1599.36

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

На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
--------------	-------------------	---	---	---	---	---

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.59	4.57	204.35
Заведующий (Смышляева Т.Ю.) 17.03.2025				

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	182	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	168	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		385.00	12.07	12.37	47.97	357.70
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	61	1	5,9	4,9	82,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		719.00	24.15	24.18	99.55	721.83
Полдник	ЙОГУРТ	189	5,51	4,75	20,89	148,16
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	49	4	2	24	119,98
	КЕФИР	194	5,81	0,19	7,75	60,08
Итого за полдник		432.00	15.32	6.94	52.64	328.22
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79	49
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		519.00	25.40	22.03	74.73	573.64
Итого за день		2290.00	80.31	66.14	319.26	2178.99

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