

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	149	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		352.00	9.11	11.40	49.19	306.61
Завтрак 2	МАНДАРИН	71	0,54	0,13	14,65	61,67
	СОК (фруктовый/овощной)	177	0,9	0,18	17,79	77,27
Итого за завтрак 2		248.00	1.44	0.31	32.44	138.94
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	39	0,49	3,03	2,49	40,66
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	178	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	148	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	150	0,08	0	9,82	41,63
Итого за обед		546.00	17.80	22.42	53.77	491.28
Полдник	МОЛОКО	149	4,2	3,68	6,98	78,6
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	46	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		195.00	7.51	10.52	28.49	252.17
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		404.00	11.82	12.62	28.93	289.00
Итого за день		1747.00	47.68	57.27	192.82	1478.00

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	199	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр 3,7,9,11	150	6,53	6,53	37,34	233,66
		572.00	17.52	19.73	95.49	590.00
Итого за завтрак 1		71	0,54	0,13	14,58	61,41
Завтрак 2	МАНДАРИН	195	1	0,2	19,8	86
	СОК (фруктовый/овощной)	266.00	1.54	0.33	34.38	147.41
Итого за завтрак 2		4	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ХЛЕБЦЫ (диета)	34.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Итого за на весь день		58	0,74	4,54	3,73	61
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	197	7,76	3,84	10,48	111,2
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	197	10,57	20,76	17,26	296,15
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	БАТОН	179	0,09	0	11,79	49,95
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	675.00	22.34	29.63	69.43	636.60
Итого за обед		179	5,04	4,41	8,37	94,32
Полдник	МОЛОКО	66	4,63	9,57	30,11	243
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	245.00	9.67	13.98	38.48	337.32
Итого за полдник		60	0,69	3,07	3,16	38,02
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	ОМЛЕТ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	2,1	0,35	17,99	83,3
	БАТОН	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	3,3	10,21	49,55	304,75
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ диета	590.00	16.51	24.03	89.19	649.82
Итого за ужин 1		2382.00	69.95	88.12	351.54	2472.75
Итого за день						

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