

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.08.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	136	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	140	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		306.00	7.43	10.78	40.36	292.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.84	64.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день						
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	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	59	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		584.00	19.12	16.31	81.57	555.02
Полдник	ЙОГУРТ	152	4,35	3,75	16,5	117
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		202.00	8.35	5.75	40.50	236.98
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	39	0,8	3,47	3,02	46,22
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	107,48
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		409.00	7.47	9.22	53.26	337.34
Итого за день		1654.00	43.12	42.21	230.53	1486.31

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
19.08.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.08.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	182	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	187	2,9	2,5	14,87	98,8
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
		579.00	17.25	20.74	94.32	638.00
Итого за завтрак 1		180	0,9	0,18	17,81	77,4
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180.00	0.90	0.18	17.81	77.40
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ХЛЕБЦЫ (диета)	35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Итого за на весь день		60	0,72	3,1	5,65	53,47
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	180	0,34	0	14,64	58,98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	719.00	24.04	21.31	102.00	699.00
Итого за обед		186	5,31	4,57	20,12	142,7
Полдник	ЙОГУРТ	50	4	2	24	119,98
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	236.00	9.31	6.57	44.12	262.68
Итого за полдник		51	0,95	4,58	3,98	61,72
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	БАТОН	180	0	0	8,8	35,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	516.00	9.75	11.99	69.51	448.89
Итого за ужин 1		2265.00	63.62	61.21	352.33	2237.57
Итого за день						

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