

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.09.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	197	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		430.00	7.29	9.36	46.94	301.84
Завтрак 2	ГРУША	100	0,42	0,34	11,46	52,22
Итого за завтрак 2		100.00	0.42	0.34	11.46	52.22
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	52	0,67	3,95	2,21	48,73
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	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		720.00	17.20	16.57	85.61	495.76
Полдник	МОЛОКО	175	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПАСТИЛА	20	0,1	0	16,16	62
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		217.00	6.34	4.61	34.81	203.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,41	4,33	14,75	126,25
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	77	5,99	17,83	9,27	218,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,95	0,14	7,48	33,32
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		483.00	11.35	26.23	35.54	435.31
Итого за день		1985.00	44.97	57.53	238.93	1600.65

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
19.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.09.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	147	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		360.00	5.85	8.11	39.89	256.54
Завтрак 2	ГРУША	100	0,42	0,34	11,46	52,22
Итого за завтрак 2		100.00	0.42	0.34	11.46	52.22
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	36	0,47	2,73	1,53	33,73
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	86	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		616.00	13.52	13.08	66.77	397.04
Полдник	МОЛОКО	146	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПАСТИЛА	20	0,1	0	16,16	62
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		188.00	5.50	3.88	33.42	188.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	119	2,73	3,46	11,8	101
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	59	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		418.00	8.94	19.26	30.16	338.33
Итого за день		1685.00	34.23	44.67	181.70	1232.33

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