

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	127	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	135	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		301.00	9.97	8.92	40.51	286.47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	89	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		89.00	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	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	39	1,68	3,68	2,28	48,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	172	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	109	2,63	3,35	27,35	149,74
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	58	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	148	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		569.00	20.04	17.92	75.94	551.16
Полдник	ЙОГУРТ	150	4,35	3,75	16,5	117
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	48	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		198.00	7.55	6.41	42.22	263.29
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	39	0,8	3,47	3,02	46,22
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	118	2,46	3,33	22,12	105,48
	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	56	11,06	4,69	4,19	103,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	149	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		399.00	16.67	11.85	56.04	372.75
Итого за день		1559.00	54.63	45.50	224.51	1520.67

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

		Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Прием пищи	Наименование блюда	21.01.2025				
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	171	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	161	2,61	2,25	13,38	88,92
		371.00	11.66	10.79	48.17	341.73
Итого за завтрак 1		193	0,97	0,19	19,3	83,83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193.00	0.97	0.19	19.30	83.83
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	5.00				
Итого за на весь день		58	2,52	5,52	3,42	73,2
Обед	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	192	5,12	3,6	14,88	112,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	128	3,1	3,95	32,29	176,74
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	78	11,39	9,6	5,9	163
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	22	1,09	0,16	8,62	38,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	178	0	0	9,7	38,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	671.00	24.42	23.03	85.09	650.09
		177	5,13	4,42	19,47	138,06
Итого за обед		48	3,2	2,66	25,72	146,29
Полдник	ЙОГУРТ	193	5,78	0,19	7,71	59,77
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	418.00	14.11	7.27	52.90	344.12
	КЕФИР	58	1,1	5,3	4,6	71,4
Итого за полдник		148	3,07	4,16	27,65	136,8
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	63	13,09	5,55	4,95	122,57
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	26	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	177	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	494.00	20.52	15.52	73.14	490.05
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	2152.00	71.68	56.80	278.60	1909.82
Итого за ужин 1						
Итого за день						

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