

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
20.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	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	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		413.00	7.29	9.36	45.96	297.93
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	90	1,16	0,26	10,57	56,09
Итого за завтрак 2		90.00	1.16	0.26	10.57	56.09
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 МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	198	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		740.00	18.32	19.09	81.70	498.59
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПРЯНИКИ	31	1,83	1,45	23,25	113,46
Итого за полдник		181.00	6.03	5.13	30.23	192.06
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	59	1,32	0,24	6,7	34,8
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		479.00	12.51	31.15	34.40	511.14
Итого за день		1938.00	47.68	65.41	227.43	1667.41

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
20.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.03.2025						
		150	4,3	3,71	18,19	124,24
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	БАТОН	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	150	0	0	7,33	29,41
	ЧАЙ С САХАРОМ	333.00	5.85	8.11	38.42	250.65
Итого за завтрак 1		90	1,16	0,26	10,57	56,09
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	90.00	1.16	0.26	10.57	56.09
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3.00				
Итого за на весь день		40	1,35	5,21	2,23	61,86
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	178	3,17	3,65	7,99	87,77
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ПОДЛИВ	63	2,48	0,45	18,23	88,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0	0	13,69	48,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	631.00	15.98	14.71	73.31	429.78
Итого за обед		150	4,2	3,68	6,98	78,6
Полдник	МОЛОКО	31	1,83	1,45	23,25	113,46
	ПРЯНИКИ	181.00	6.03	5.13	30.23	192.06
Итого за полдник		39	0,88	0,16	4,47	23,2
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	БАТОН	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	427.00	9.69	24.01	26.76	395.99
Итого за ужин 1		1665.00	38.71	52.22	179.29	1324.57
Итого за день						

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