

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
20.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		403.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Завтрак 2	ГРУША	90	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		90.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день.		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	55	5,88	0,23	0,4	30,34
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,32	1,12	2,08	20,07
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0	10,73	44,63
Итого за обед		596.00	12.40	10.45	43.51	340.09
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	29	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		209.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	3,84	14	15,32	242,26
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,7
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		381.00	7.14	16.60	41.94	311.05
Итого за день		1682.00	39.77	48.04	165.96	1247.04

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

УТВЕРЖДАЮ

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
20.05.2025

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1		ЛАПША МОЛОЧНАЯ	21.05.2025	200	4,7	4,9	16	125,8
		БАТОН		28	1,5	0,25	12,85	59,5
		МАСЛО ПОРЦИЯМИ		5	0,05	4,15	0,05	37,5
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)		40	5,08	4,36	0,3	62,8
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1				200	3,2	2,7	15,7	100,7
Завтрак 2		ГРУША		473.00	14.53	16.36	44.90	386.30
Итого за завтрак 2				135	0,57	0,46	15,46	70,5
На весь день		Соль йодированная		135.00	0,57	0,46	15,46	70,50
Итого за на весь день				5	0	0	0	0
Обед		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		5.00				
		БОРЩ СО СМЕТАНОЙ		80	0,96	3,06	4,62	49,44
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		200	3,55	4,44	8,15	97,18
		РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		150	2,92	4,92	15	141,14
		СОУС ТОМАТНЫЙ		72	6,96	0,35	0,46	44,54
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	0,53	1,87	3,47	33,45
		КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ		53	2,87	0,41	22,77	100,53
Итого за обед				180	0,18	0	12,87	53,55
Полдник		МОЛОКО		765.00	17.97	15.05	67.34	519.83
		ПРЯНИКИ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за полдник				28	1,71	1,35	21,72	106,01
Ужин 1		КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ		228.00	7.31	6.25	31.02	210.81
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО		200	5,12	18,67	20,42	323,01
		БАТОН		28	1,99	2,37	16,3	20,37
		ЧАЙ БЕЗ САХАРА		40	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1				180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за день				448.00	9.32	21.42	54.75	427.50
				2054.00	49.70	59.54	213.47	1614.94

Исполнитель: Медсестра

(Широких Е.Н.)

Шеф-повар:

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