

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
21.08.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.08.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	123	11,64	11,2	17,16	227,01
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		361.00	13.66	16.95	33.76	357.23
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		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	113	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	59	9,29	7,1	8,5	134,89
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0	0	13,69	48,7
Итого за обед		562.00	21.04	22.57	55.52	514.26
Полдник	КЕФИР	157	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		207.00	8.99	3.18	34.39	207.75
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,28	2,04	1,15	24,79
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		442.00	15.81	9.29	48.24	359.55
Итого за день		1725.00	60.25	52.14	186.75	1503.29

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
21.08.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.08.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	133	11,12	10,15	17,49	219,26
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	48	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	150	6,53	6,53	37,34	233,66
Итого за завтрак 1		550.00	20.51	23.41	79.01	628.54
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	142	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	69	10,81	8,26	9,9	157,08
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		685.00	25.67	27.95	69.11	650.27
Полдник	КЕФИР	174	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА '	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		224.00	9.59	3.20	35.19	213.94
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	47	0,33	2,4	1,35	29,13
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		711.00	29.51	21.37	92.50	719.25
Итого за день		2175.00	85.28	75.93	275.81	2212.00

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