

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
22.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12,88	11,75	20,25	253,88
	ПОВИДЛО	20	0,07	0,07	15,84	61,45
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	150	3,3	10,21	49,55	304,75
		531.00	18.46	22.41	103.67	704.20
Итого за завтрак 1		100	0,4	0,4	9,8	47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	5.00				
Итого за на весь день		60	0,89	3,09	4,09	49,79
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	200	3,12	4,08	8,08	84
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	8,1	11,5	0	142,69
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	665.00	17.76	21.64	58.84	512.62
Итого за обед		200	5,99	0,2	7,99	61,94
Полдник	КЕФИР	50	4	2	24	119,98
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	250.00	9.99	2.20	31.99	181.92
Итого за полдник		60	0,72	3,1	5,65	53,47
Ужин 1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	57	9,58	3,48	2,54	82,65
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	СЫР ПОРЦИЯМИ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	0,04	0	10,17	40,87
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	518.00	17.78	12.73	56.21	432.63
Итого за ужин 1		2069.00	64.39	59.38	260.51	1878.37
Итого за день						

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
22.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,78	12,3	18,84	249,24
	ПОВИДЛО	20	0,07	0,07	15,84	61,45
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
		353.00	14.46	12.65	47.57	371.01
Итого за завтрак 1		100	0,4	0,4	9,8	47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3.00				
Итого за на весь день		40	0,59	2,06	2,73	33,19
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	625.00	15.55	12.78	57.53	457.09
Итого за обед		150	4,49	0,15	5,99	46,46
Полдник	КЕФИР	50	4	2	24	119,98
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	200.00	8.49	2.15	29.99	166.44
Итого за полдник		40	0,48	2,07	3,77	35,64
Ужин 1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	57	9,58	3,48	2,54	82,65
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,04	0	9,15	36,78
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	414.00	13.75	8.84	35.66	296.13
Итого за ужин 1		1695.00	52.65	36.82	180.55	1337.67
Итого за день						

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