

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
23.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	124	3,71	4,48	16,24	120,87
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КАКАО С МОЛОКОМ	158	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		312.00	9.67	9.36	42.47	298.50
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		180.00	0,46		11.88	50.67
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,74	2,58	3,41	41,49
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	179	3,29	4,67	9,68	92,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	66	10,75	8,22	9,84	156,19
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		683.00	20.15	21.66	86.06	616.95
Полдник	КЕФИР	175	5,24	0,17	6,99	54,2
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	45	1,8	17,79	23,37	260,79
Итого за полдник		220.00	7.04	17.96	30.36	314.99
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50	0,83	3,33	4,08	49,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	116	2,53	3,13	11,4	101,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		394.00	6.58	6.97	51.07	309.41
Итого за день		1794.00	43.90	55.95	221.84	1590.52

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
23.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценности
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	124	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	132	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		285.00	9.00	8.72	40.31	280.53
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за завтрак 2		150.00	0.38		9.90	42.23
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,46	1,53	2,06	25,19
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	149	2,74	3,89	8,06	77,01
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	47	7,66	5,85	7,01	111,23
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		539.00	15.26	16.09	68.36	480.14
Полдник	КЕФИР	150	4,49	0,15	5,99	46,46
Итого за полдник		150.00	4.49	0.15	5.99	46.46
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	0,53	1,94	2,13	28,53
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	97	2,1	2,59	9,45	84,45
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		313.00	4.95	4.89	37.99	229.19
Итого за день		1440.00	34.08	29.85	162.55	1078.55

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