

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
22.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.11.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	140	6,27	7,73	27,33	204,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		370,00	11,02	14,83	55,93	402,66
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	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
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,15	4,95	6,12	90,45
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,85	138,8
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	70	11,1	24,93	7,88	290,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,59	0,47	19,03	92,12
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		677,00	20,83	37,18	78,05	708,82
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
Итого за полдник		180,00	5,04	4,41	8,37	94,32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,58	2,5	4,75	44,25
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	141	11,47	10,45	27,8	273,94
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,38	23,1
	БАТОН	37	2,22	0,37	18,98	88,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	120	1,75	3,49	20,24	119,04
Итого за ужин 1		558,00	16,38	18,13	81,95	583,88
Итого за день		1940,00	54,02	74,70	239,14	1853,98

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
22.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.11.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	130	5,82	7,18	25,38	190,32
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,78	75,53
Итого за завтрак 1		310,00	9,77	13,61	50,06	362,85
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,50	0,10	9,90	43,00
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
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,15	4,95	6,12	90,45
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	110	2,25	3,05	20,28	96,69
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	50	7,93	17,81	5,63	207,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		545,00	15,32	27,67	55,85	516,68
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
Итого за полдник		180,00	5,04	4,41	8,37	94,32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,35	1,5	2,84	26,54
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	100	8,13	7,42	19,72	194,28
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
		360,00	10,88	11,42	47,61	360,13
Итого за ужин 1						
Итого за день		1498,00	41,51	57,21	171,79	1376,98

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