

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
31.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		411.00	10.17	11.79	51.29	353.28
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	5,45	10,92	20	199,96
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	73	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		743.00	30.41	61.80	78.09	980.43
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	38	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		218.00	8.29	6.98	49.62	295.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	ШАРЛОТКА	125	11,33	13,13	27,15	273,6
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	38	2,22	0,37	19,02	88,23
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		452.00	14.96	18.73	54.21	454.25
Итого за день		1959.00	86.60	100.12	267.58	2242.16

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
31.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		361.00	8.73	10.54	45.22	311.87
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	120	4,36	8,74	16	159,97
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		586.00	22.69	46.50	57.50	730.83
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,97	78,6
	ПРЯНИКИ	21	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		171.00	5.97	5.08	29.47	188.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79	35,39
	ШАРЛОТКА	109	9,82	11,38	23,53	237,12
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	31	1,79	0,3	15,32	70,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		379.00	12.76	15.91	44.97	382.63
Итого за день		1600.00	50.55	78.43	186.96	1660.73

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