

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Заведующий (Смышляева Т.Ю.) 02.10.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.10.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	116	12,36	11,89	18,22	241,08
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	21	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		352,00	16,01	18,69	47,46	359,27
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,06	1,6	27,86
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	179	2,81	3,67	7,27	75,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	57	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,88	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		564,00	12,95	11,90	41,78	377,09
Полдник	КЕФИР	149	4,49	0,15	5,98	46,41
	МАРМЕЛАД	17,22	0,02	0	13,67	55,28
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		182,22	5,71	0,35	29,93	149,29
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	40	1,2	0,13	2,67	16
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		409,00	16,46	7,33	46,02	334,21
Итого за день		1610,22	51,53	38,67	174,99	1266,86

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)

Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
02.10.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.10.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	136	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	29	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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за завтрак 1		530.00	19.31	23.02	79.93	544.67
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
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	61	0,69	3,09	2,4	41,79
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	198	3,12	4,08	8,08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	61	8,78	12,47	0	154,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		677.00	17.61	23.05	52.57	502.60
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	МАРМЕЛАД	17,22	0,02	0	13,67	55,28
	БАТОН	25	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		241.22	7.81	0.50	37.08	188.62
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	1,8	0,2	4	24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		513.00	21.33	9.44	54.56	410.51
Итого за день		2066.22	66.46	56.41	233.94	1693.40

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)

Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)