

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (В.О.Полцова)

12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белк и Жиры	Углевод	Эн.ценность	
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	17,2 15,7	27	339	
	ПОВИДЛО	28	0,09 0,09	21,1	81,9	
	БАТОН	35	2,1 0,35	18	83,3	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05 4,15	0,05	37,5	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12 0,03	0,04	0,91	
	КАША КУКУРУЗНАЯ диета	200	4,5 5,9	22	159	
Итого за завтрак 1						
Завтрак 2	МАНДАРИН	109	0,56 0,14	15,2	64	
Итого за завтрак 2						
На весь день	Соль йодированная	3	0 0	0	0	
Итого за на весь день						
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02 7,81	3,35	92,8	
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52 4,06	8,88	97,5	
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22 5,61	30,5	114	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1 1,6	3,9	77,4	
	ПОДЛИВ	50	0,4 1,9	3,5	33,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,8 0,4	22,2	98	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0 0	9,7	38,7	
	Итого за обед					
	Полдник	МОЛОКО	196	5,6 4,9	9,3	105
		ПРЯНИКИ	37	2,36 1,86	29,9	146
Итого за полдник						
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	59	3 4,5	4,12	69	
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	200	6,78 21,8	11,4	288	
Итого за ужин 1	БАТОН	53	2,41 0,4	20,6	95,6	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0 0	8,8	35,3	
Итого за ужин 1						
Итого за день						
		2280,0	64,80 81,1	269,59	2056,12	
		0	6			

Исполнитель: Медсестра (А.В.Крысова)

Шеф-повар: (В.В.Черезова)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (В.О.Полцова)

12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества Белк и Жиры	Углевод	Эн.ценность	
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	14,6 14,1	21,6	285	
	ПОВИДЛО	24	0,08 0,08	18,1	70,2	
	БАТОН	25	1,5 0,25	12,9	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	
	КАША КУКУРУЗНАЯ диета	150	3,38 4,43	16,5	119	
Итого за завтрак 1						
Завтрак 2	МАНДАРИН	110	0,56 0,14	15,2	64	
Итого за завтрак 2						
На весь день	Соль йодированная	3	0 0	0	0	
Итого за на весь день						
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35 5,21	2,23	61,9	
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17 3,65	7,99	87,8	
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,37 4,48	24,4	91	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32 1,2	2,93	58,1	
	ПОДЛИВ	30	0,24 1,14	2,1	20,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68 0,24	13,3	58,8	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0 0	8,08	32,3	
	Итого за обед					
	Полдник	МОЛОКО	176	5,03 4,4	8,35	94,1
		ПРЯНИКИ	37	2,36 1,86	29,9	146
Итого за полдник						
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2 3	2,75	46	
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	160	5,42 17,4	9,1	231	
Итого за ужин 1	БАТОН	26	1,18 0,2	10,1	46,9	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0 0	8,8	35,3	
Итого за ужин 1						
Итого за день						
		1878,0	51,43 65,97	214,41	1645,66	
		0				

Исполнитель: Медсестра (А.В.Крысова)

Шеф-повар: (В.В.Черезова)