



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад  
Заведующий (В.О.Полцова)

| Прием пищи                  | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Эн. ценно<br>сть |
|-----------------------------|------------------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|------------------|
|                             |                                          |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                  |
| Завтрак 1                   | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ               | 191       | 5,39             | 7,22   | 22,4     | 176              |
|                             | БАТОН                                    | 27        | 1,5              | 0,25   | 12,9     | 59,5             |
|                             | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                           | 5         | 0,05             | 4,15   | 0,05     | 37,5             |
|                             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                         | 193       | 3,2              | 2,7    | 15,7     | 101              |
|                             | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ диета                | 194       | 5,03             | 8,13   | 27,9     | 205              |
| Итого за завтрак 1          |                                          | 610,00    | 15,17            | 22,45  | 78,81    | 578,36           |
| Завтрак 2                   | ГРУША                                    | 100       | 0,38             | 0,31   | 10,3     | 47               |
| Итого за завтрак 2          |                                          | 100,00    | 0,38             | 0,31   | 10,31    | 47,00            |
| На весь день                | Соль йодированная                        | 3         | 0                | 0      | 0        | 0                |
| Итого за на весь день       |                                          | 3,00      |                  |        |          |                  |
| Обед                        | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ         | 60        | 1,1              | 5,3    | 4,6      | 71,4             |
|                             | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200       | 3,12             | 2,24   | 16       | 96,8             |
|                             | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 150       | 3,17             | 3,92   | 14,3     | 127              |
|                             | ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ                        | 80        | 15,1             | 31,8   | 0,89     | 335              |
|                             | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 46        | 2,21             | 0,32   | 17,5     | 77,3             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ |                                          | 180       | 0                | 0      | 9,7      | 38,7             |
| Итого за обед               |                                          | 716,00    | 24,74            | 43,60  | 62,95    | 746,08           |
| Полдник                     | КЕФИР                                    | 189       | 5,99             | 0,2    | 7,99     | 62               |
|                             | БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'                       | 70        | 5,04             | 4,2    | 38,1     | 213              |
| Итого за полдник            |                                          | 259,00    | 11,03            | 4,40   | 46,07    | 274,78           |
| Ужин 1                      | САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ         | 59        | 2,14             | 6,05   | 4,66     | 81,2             |
|                             | ОМЛЕТ                                    | 150       | 8,63             | 10,1   | 5,13     | 164              |
|                             | БАТОН                                    | 37        | 2,1              | 0,35   | 18       | 83,3             |
|                             | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180       | 0                | 0      | 8,8      | 35,3             |
|                             | ПЛОВ С МЯСОМ диета                       | 200       | 27,1             | 22,7   | 47,6     | 503              |
| Итого за ужин 1             |                                          | 626,00    | 39,94            | 39,20  | 84,17    | 866,58           |
| Итого за день               |                                          | 2314,00   | 91,26            | 109,96 | 282,31   | 2512,80          |

Исполнитель: Медсестра (А.В.Крысова)  
Шеф-повар (В.В.Черезова)



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли  
Заведующий (В.О.Полцова)

| Прием пищи                  | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценно<br>ость |
|-----------------------------|------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------|
|                             |                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                   |
| Завтрак 1                   | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ               | 144       | 4,04             | 5,42  | 16,76    | 131,7             |
|                             | БАТОН                                    | 27        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5              |
|                             | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                           | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5              |
|                             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                         | 173       | 2,88             | 2,44  | 14,14    | 90,74             |
|                             | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ диета                | 144       | 3,77             | 6,1   | 20,9     | 153,8             |
| Итого за завтрак 1          |                                          | 493,00    | 12,24            | 18,36 | 64,70    | 473,23            |
| Завтрак 2                   | ГРУША                                    | 100       | 0,38             | 0,31  | 10,31    | 47                |
| Итого за завтрак 2          |                                          | 100,00    | 0,38             | 0,31  | 10,31    | 47,00             |
| На весь день                | Соль йодированная                        | 3         | 0                | 0     | 0        | 0                 |
| Итого за на весь день       |                                          | 3,00      |                  |       |          |                   |
| Обед                        | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ         | 40        | 0,73             | 3,53  | 3,07     | 47,6              |
|                             | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180       | 2,81             | 2,02  | 14,4     | 87,12             |
|                             | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 120       | 2,53             | 3,13  | 11,4     | 101,9             |
|                             | ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ                        | 60        | 11,36            | 23,87 | 0,67     | 250,9             |
|                             | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 35        | 1,7              | 0,24  | 13,39    | 59,65             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ |                                          | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25             |
| Итого за обед               |                                          | 585,00    | 19,13            | 32,79 | 51,01    | 579,41            |
| Полдник                     | КЕФИР                                    | 170       | 5,39             | 0,18  | 7,19     | 55,75             |
|                             | БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'                       | 50        | 3,6              | 3     | 27,2     | 152               |
| Итого за полдник            |                                          | 220,00    | 8,99             | 3,18  | 34,39    | 207,75            |
| Ужин 1                      | САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ         | 39        | 1,43             | 4,03  | 3,11     | 54,12             |
|                             | ОМЛЕТ                                    | 150       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,1             |
|                             | БАТОН                                    | 33        | 1,8              | 0,3   | 15,42    | 71,4              |
|                             | ЧАЙ С САХАРОМ                            | 150       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41             |
|                             | ПЛОВ С МЯСОМ диета                       | 160       | 21,65            | 18,13 | 38,07    | 402,1             |
| Итого за ужин 1             |                                          | 532,00    | 33,51            | 32,59 | 69,06    | 721,19            |
| Итого за день               |                                          | 1933,00   | 74,25            | 87,23 | 229,47   | 2028,58           |

Исполнитель: Медсестра (А.В.Крысова)  
Шеф-повар (В.В.Черезова)