

Заведующий УТВЕРЖДАЮ (В.О. Полцова)
 13.05.2024
 Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценност
			Белк и	Жиры	Углевод	
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	1,5	0,3	13	60
	СЫР ПОРЦИЯМИ	20	4,6	6	0	73
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11	44
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,1	4,4	0,3	63
	Итого за завтрак 1		465,00	16,5	17,4	46,56
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,5	0	13	56
	Итого за завтрак 2	200,00	0,51		13,20	56,30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,8	3,3	3,9	49
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	198	3,2	5,1	6,5	96
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,8	4,8	40	216
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,9	7,9	3,2	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,7	0,2	13	59
	БАТОН	37	2,1	0,4	18	83
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ ГРУШИ	200	0,2	0,2	16	60
	Итого за обед	753,00	19,5	21,8	100,39	698,71
Полдник	РЯЖЕНКА	194	6	2	8,4	80
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,6	8,6	39	250
Итого за полдник		264,00	10,6	10,6	47,25	330,81
	Итого за полдник		1	3		
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,8	12	4,2	133
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	3,9	14	127
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,7	4,1	2,7	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,7	0,2	13	59
Итого за ужин 1	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0	0	9,2	37
	Итого за ужин 1	498,00	11,3	19,8	43,60	458,33
Итого за день		2185,0	58,5	69,7	251,00	1942,54
	Итого за день	0	6	9		

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

Заведующий УТВЕРЖДАЮ (В.О. Полцова)
 13.05.2024
 Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност
			Белк и	Жиры	Углевод	
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,9	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,97	0	36,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,4	44,1
Итого за завтрак 1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	Итого за завтрак 1	406,00	13,07	13,01	41,06	322,12
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,9	50,7
	Итого за завтрак 2	180,00	0,46		11,88	50,67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,4
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	178	3,15	4,95	6,12	90,5
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,78	3,55	29	159
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,3	47,6
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ ГРУШИ	180	0,14	0,14	14,3	54
	Итого за обед	607,00	14,81	17,10	73,54	524,35
Полдник	РЯЖЕНКА	174	5,4	1,8	7,56	72
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,7	179
Итого за полдник		224,00	8,68	7,96	35,29	250,96
	Итого за полдник		40	1,88	7,73	88,7
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	2,53	3,13	11,4	102
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	28	1,68	0,24	13,3	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0,03	0	7,63	30,7
Итого за ужин 1	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	398,00	8,71	13,89	37,30	335,72
	Итого за ужин 1	1818,0	45,73	51,96	199,07	1483,82

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