

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
20.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
21.11.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	12,68	12,2	18,69	247,31
	МАКАРОНЫ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ОТВАРНЫЕ(диета)Гр.№11					
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	24	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		515,00	18,92	23,56	63,50	481,97
Завтрак 2	ЯБЛОКО	117	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		117,00	0,40	0,40	9,30	44,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	58	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		578,00	13,09	11,75	54,89	430,97
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета)Гр.№11	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		21	1,77	1,4	22,5	109,8
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	560,00	7,16	1,58	47,29	236,15
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	11,36	23,87	0,67	250,93
	ЧАЙ С САХАРОМ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
Итого за ужин 1		150	0	0	7,33	29,41
Итого за день		389,00	15,79	28,60	31,96	438,84
Среднее значение за период		2162,00	55,36	65,89	206,94	1632,58

Исполнитель: Васил

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
20.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углевод ы	
21.11.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	34	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
Итого за завтрак 1		415,00	15,74	18,48	40,63	414,00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	124	0,4	0,4	9,8	47
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета)Гр.№12	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		324,00	0,91	0,40	23,00	103,30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		698,00	15,95	14,46	63,20	509,47
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	3,25	2,57	41,25	201,3
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		267,00	11,04	3,07	64,66	334,64
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	78	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		498,00	21,14	38,30	43,23	588,31
Итого за день		2207,00	64,78	74,71	234,72	1949,72
Среднее значение за период		2207,00	64,78	74,71	234,72	1949,72

Исполнитель: Васил