

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
21.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
22.11.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		357,00	8,73	10,54	45,22	311,87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		570,00	13,88	13,28	55,76	431,03
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		228,00	8,24	7,07	34,09	240,61
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	Запеканка из печени с рисом	200	24,97	10,16	27,48	301,11
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	29	0,76	2,84	3,08	40,96
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		472,00	28,51	16,23	47,51	449,95
Итого за день		1830,00	60,36	47,32	202,38	1519,46
Среднее значение за период						

Исполнитель: Василь

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
21.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
22.11.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		427,00	10,49	12,06	52,86	363,33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ШИПОВНИКА(диета)ГР. №12	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		400,00	1,51	0,20	33,00	142,30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	МАКАРОНЫ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		845,00	24,63	33,39	99,89	715,79
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		287,00	11,28	8,82	55,59	357,21
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	59	1,72	4,42	6,09	71,34
	Запеканка из печени с рисом	200	24,97	10,16	27,48	301,11
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	49	1,3	4,73	5,13	68,27
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1		521,00	30,20	19,69	56,73	524,84
Итого за день		2485,00	78,11	74,16	298,07	2103,47
Среднее значение за период						

Исполнитель: Василь