



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Фоминых Я.В.)
 14.02.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.02.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151,84	13,04	11,89	20,5	256,99
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	31,34	2,08	2,48	17,00	27,00
	БАТОН	35	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		403,18	17,38	18,90	55,61	399,89
Завтрак 2	МАНДАРИН	94	0,53	0,13	14,29	60,16
Итого за завтрак 2		94,00	0,53	0,13	14,29	60,16
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	63	1,05	4,3	4,73	61,84
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	171	5,81	7,18	7,27	126,11
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	8,05	7,61	11,81	154,08
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	46,38	0,82	3,94	2,63	49,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		730,38	22,74	29,04	86,84	641,91
Полдник	ЙОГУРТ	208	6,09	5,25	23,11	163,88
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПРЯНИКИ	74	4,38	3,45	55,5	270,84
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		492,00	10,61	8,73	102,47	531,84
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	62	1,16	5,57	4,83	75,03
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		692,00	22,40	19,04	48,66	462,93
Итого за день		2416,56	73,66	75,84	307,87	2096,73

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Фоминых Я.В.)

14.02.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.02.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	136,5	13,31	12,81	19,62	259,68
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	31,34	2,08	2,48	17,03	21,28
	БАТОН	25	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		377,84	17,05	19,72	49,59	378,78
Завтрак 2	МАНДАРИН	47	0,26	0,07	7,14	30,08
Итого за завтрак 2		47,00	0,26	0,07	7,14	30,08
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	42	0,7	2,87	3,15	41,23
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	171	5,81	7,18	7,27	126,11
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	50	5,46	5,28	8,8	101,28
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	28	0,49	2,38	1,59	29,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		581,00	17,23	22,06	64,58	472,93
Полдник	ЙОГУРТ	188	5,48	4,73	20,8	147,46
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПРЯНИКИ	37	2,18	1,73	27,75	135,42
Итого за полдник		405,00	7,77	6,49	48,59	283,70
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	41	0,84	3,65	3,17	48,59
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		609,00	17,13	14,32	38,43	354,02
Итого за день		2022,84	59,44	62,66	208,33	1519,51