



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Фоминых Я.В.)
 11.01.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.01.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	188	5,09	6,82	21,11	165,85
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		425,00	12,54	17,74	47,14	399,12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	0	0	0	0	0
	ЩИ	152	2,32	3,28	4,16	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	71,1	14,61	13,95	10,19	224,72
	ПОДЛИВ	26	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		598,10	21,46	22,45	49,28	505,37
Полдник	МОЛОКО	187	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		213,00	5,63	4,90	29,94	188,26
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	61,46	1,64	3,07	3,88	50,19
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18,48	1,03	0,15	8,21	36,22
	БАТОН	17,58	1,05	0,18	9,04	41,84
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		439,52	15,35	17,40	35,06	375,15
Итого за день		1780,62	55,38	62,89	171,22	1514,90



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Фоминых Я.В.)
 11.01.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.01.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	141	3,82	5,13	15,86	124,59
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		355,00	10,26	14,89	40,32	336,84
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	0	0	0	0	0
	ЩИ	137	2,09	2,95	3,74	49,68
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,28	9,81	7,17	158,03
	ПОДЛИВ	26	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		502,00	16,26	17,19	41,29	401,24
Полдник	МОЛОКО	168	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	10,32	41,73
Итого за полдник		181,00	5,05	4,41	18,69	136,05
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	42	1,12	2,1	2,66	34,3
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,84	0,12	6,66	29,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		356,00	10,59	12,35	21,78	257,24
Итого за день		1497,00	42,56	49,24	131,88	1178,37