



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.01.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	9.62	12.40	54.16	366.66
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	61	0,5	0	1,01	8,33
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	2,96	4,64	7,84	94,72
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,12	5,97	19,53	144,04
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		700.00	18.19	34.20	61.58	622.89
Полдник	МОЛОКО	210	5,88	5,15	9,77	110,04
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,03	0	22,23	89,88
Итого за полдник		238.00	5.91	5.15	32.00	199.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	63	0,73	3,15	5,99	55,76
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	142	24,76	11,89	24,58	306,16
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	42,34	0,51	1,86	5,17	45,73
	БАТОН	37	2,22	0,37	18,98	88,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		464.34	28.33	17.30	54.76	496.53
Итого за день		1937.34	62.45	69.45	212.30	1733.00

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Фоминых Я.В.)

12.01.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.01.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360,00	8,13	10,71	45,02	309,12
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,33	0	0,66	5,42
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	2,96	4,41	7,02	89,82
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	4,78	15,62	115,23
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		574,00	14,62	26,95	49,15	500,45
Полдник	МОЛОКО	189	5,29	4,63	8,79	99,04
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
Итого за полдник		203,00	5,30	4,63	19,91	143,98
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	42	0,48	2,1	3,98	37,16
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	123,5	21,53	10,35	21,38	266,28
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	31,5	0,38	1,39	3,84	34,02
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		397,00	23,70	14,07	39,52	385,88
Итого за день		1637,00	52,15	56,76	163,40	1386,43