

УТВЕРЖДАЮ  
 (Фалалеева Е.Ф.)  
 02.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	142	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	143	2,4	2,03	11,77	75,53
Итого за завтрак 1		315,00	7,99	11,85	41,43	304,19
Завтрак 2	ЯБЛОКО	105	0,44	0,44	10,28	49,35
	СОК (фруктовый/овощной)	156	0,79	0,16	15,54	67,53
Итого за завтрак 2		261,00	1,23	0,60	25,82	116,88
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	39	0,8	3,47	3,02	46,22
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	63	12,95	12,36	9,03	199,12
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26,13	1,46	0,21	11,5	51,21
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		627,13	21,35	23,54	64,49	571,49
Полдник	ЙОГУРТ	189	5,48	4,73	20,79	147,42
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		237,00	8,79	11,57	42,30	320,99
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	39	1,07	2	2,53	32,67
	ОМЛЕТ	138	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		347,00	10,90	12,33	25,27	273,81
Итого за день		1790,13	50,26	59,89	199,31	1587,36

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Фоминых Я.В.)

02.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

№ 172

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	190	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	191	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		411.00	10.14	14.32	50.95	373.25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	118	0,47	0,47	11,56	55,46
	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		317.00	1.47	0.67	31.36	141.46
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	59	1,1	5,3	4,6	71,4
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	84	17,26	16,48	12,03	265,49
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,38	0,23	11,82	54,74
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		755.00	27.24	30.68	78.38	719.87
Полдник	ЙОГУРТ	210	6,09	5,25	23,1	163,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	67	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		277.00	10.72	14.82	53.21	406.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	61	1,65	3,1	3,92	50,66
	ОМЛЕТ	138	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25,28	1,52	0,25	12,99	60,17
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		434.28	13.48	13.72	44.16	369.06
Итого за день		2199.28	63.05	74.21	258.06	2010.44