



УТВЕРЖДАЮ

(Фоминых Я.В.)

07.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясельная

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	145	5,24	7,82	18,75	166,79
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	147	2,4	2,03	11,77	75,53
Итого за завтрак 1		321.00	9.19	14.25	43.42	339.32
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	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	42	0,62	2,1	2,73	33,53
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	АЗУ (СВИНИНА)	176	11,97	21,6	20,56	282,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12	0,67	0,1	5,28	23,52
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		579.00	21.82	27.46	58.18	529.01
Полдник	КЕФИР	187	5,63	0,19	7,51	58,24
	ПРЯНИКИ	35	2,07	1,64	26,25	128,1
Итого за полдник		222.00	7.70	1.83	33.76	186.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	42	0,53	2,29	2,74	34,05
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	БАТОН	14	0,88	0,15	7,57	35,07
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		386.00	7.78	10.14	38.84	278.78
Итого за день		1611.00	46.89	54.08	184.00	1380.45



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Фоминых Я.В.)  
 07.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Салат

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества				Эн.ценность
		Вес	Белки	Жиры	Углеводы	
08.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	194	6,98	10,42	25	222,38
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		419,00	11,73	17,52	53,60	420,08
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	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	63	0,95	3,15	4,09	50,3
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	АЗУ (СВИНИНА)	216	14,69	26,52	25,24	346,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20,49	1,15	0,16	9,1	40,16
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		703,49	26,51	33,92	73,64	657,98
Полдник	ПРЯНИКИ	35	2,07	1,64	26,25	128,1
	КЕФИР	207	6,29	0,21	8,4	65,08
Итого за полдник		242,00	8,36	1,85	34,65	193,18
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	63	0,79	3,43	4,12	51,07
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		442,00	9,62	12,87	48,64	350,11
Итого за день		1911,49	56,62	66,56	220,33	1668,35