

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *Ф* (Фоминих Я.В.)
 13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		430,00	9,41	12,80	49,51	357,61
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	202	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		202,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ 'ДАЧНЫЙ'	60	0,9	2,7	26,3	52,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		900,00	29,26	20,72	157,92	853,06
Полдник	КЕФИР	195	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		210,00	6,00	0,20	19,90	110,09
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	59	1,72	4,42	6,09	71,34
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22	
Итого за ужин 1		539,00	12,20	15,63	69,62	431,23
Итого за день		2286,00	57,87	49,65	316,75	1837,99

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Фоминых Я.В.)
 13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		360,00	7,87	11,15	42,59	307,29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	151	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		151,00	0,75	0,15	14,84	64,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'ДАЧНЫЙ'	40	0,6	1,8	17,53	35,26
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	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		615,00	20,39	12,79	94,49	523,56
Полдник	КЕФИР	176	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		191,00	5,40	0,18	19,10	103,90
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22	
Итого за ужин 1		430,00	9,42	11,35	57,40	324,34
Итого за день		1750,00	43,83	35,62	228,42	1323,59