

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Фоминых Я.В.)

18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	154	13,4	12,23	21,07	264,17
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29,23	1,94	2,31	15,88	19,85
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		403,23	17,60	19,07	55,03	405,64
Завтрак 2	МАНДАРИН	43	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		43,00	0,56	0,14	15,20	64,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	63	1,05	4,3	4,73	61,84
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	84	9,66	9,13	14,18	184,89
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		776,00	25,49	32,13	94,05	706,37
Полдник	КЕФИР	196,94	5,9	0,2	7,87	60,99
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		211,94	5,91	0,20	19,78	109,14
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	63	0,95	3,15	4,09	50,3
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	84	3,84	4,3	2,84	107,47
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		621,00	23,61	24,92	70,37	656,97
Итого за день		2060,17	73,17	76,46	254,43	1742,12

Заведующий \_\_\_\_\_ (Фоминых Я.В.)

УТВЕРЖДАЮ

18.12.2024

№ 172

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	13,27	12,77	19,56	258,81
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29,23	1,94	2,31	15,88	19,85
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		374,23	16,87	19,51	48,38	376,48
Завтрак 2	МАНДАРИН	43	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		43,00	0,56	0,14	15,20	64,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	42	0,7	2,87	3,15	41,23
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	63	6,88	6,65	11,09	127,61
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		609,00	19,34	24,05	70,55	524,13
Полдник	КЕФИР	177,24	5,31	0,18	7,08	54,9
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		192,24	5,32	0,18	18,99	103,05
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	42	0,62	2,1	2,73	33,53
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	63	2,72	2,93	2,27	58,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,84	0,12	6,6	29,4
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		445,00	10,72	12,41	42,12	339,56
Итого за день		1666,47	52,81	56,29	195,24	1407,22