



УТВЕРЖДАЮ
 (Фоминых Я.В.)
 17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
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
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		360.00	6.05	9.28	42.30	262.55
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7
Итого за завтрак 2		110.00	0.44	0.44	10.78	51.70
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	178	2,96	4,41	7,02	89,82
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	126	2,87	3,63	12,39	106,05
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		593.00	16.99	29.98	56.08	575.67
Полдник	МОЛОКО	189	5,29	4,63	8,79	99,04
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		219.00	5.32	4.63	32.61	195.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	42	0,62	2,1	2,73	33,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	118	20,57	9,88	20,43	254,42
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30,6	0,38	1,39	3,86	34,19
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		355.60	22.57	13.55	34.76	358.60
Итого за день		1640.60	51.37	57.88	176.53	1443.86



УТВЕРЖДАЮ

(Фоминых Я.В.)

17.05.2024

Меню приготавливаемое в блочном

Категория: Средней сложности

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
Итого за завтрак 1		430.00	7.31	10.81	51.14	314.92
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7
Итого за завтрак 2		110.00	0.44	0.44	10.78	51.70
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	197	2,96	4,64	7,84	94,72
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	157,5	3,58	4,55	15,49	132,56
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	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		723.50	21.49	39.03	71.47	731.86
Полдник	МОЛОКО	210	5,88	5,15	9,77	110,04
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		240.00	5.91	5.15	33.59	206.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	63	0,95	3,15	4,09	50,3
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	136	23,71	11,39	23,55	293,23
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	51	0,64	2,34	6,48	57,38
	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		450.00	26.61	17.11	44.44	449.33
Итого за день		1958.50	61.76	72.54	211.42	1754.15