



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Фоминых Я.В.)
 19.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	8,96	11,04	39,04	292,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		429.00	13.71	18.14	67.64	490.50
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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	63	0,95	3,15	4,09	50,3
	УХА РЫБАЦКАЯ	200	7,92	3,92	10,8	113,6
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,12	5,97	19,53	144,04
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	74	11,75	8,97	10,75	170,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,93	0,35	14,18	68,6
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		736.00	27.95	22.80	91.30	687.62
Полдник	МОЛОКО	201	5,63	4,92	9,35	105,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	47	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		248.00	8.94	11.76	30.86	278.89
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	63	0,62	0,05	9,2	37,43
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,27	0,23	9,32	45,08
	БАТОН	14	0,88	0,15	7,5	34,71
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		430.00	11.51	10.59	31.19	282.17
Итого за день		1891.00	62.67	63.43	236.19	1803.18



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Фоминых Я.В.)
 19.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,72	8,28	29,28	219,6
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		359,00	11,15	15,11	56,31	407,23
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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	42	0,62	2,1	2,73	33,53
	УХА РЫБАЦКАЯ	180	7,13	3,53	9,72	102,24
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	4,78	15,62	115,23
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	8,81	6,73	8,06	127,91
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		591,00	21,79	17,67	68,17	523,14
Полдник	МОЛОКО	151	4,23	3,7	7,03	79,12
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		199,00	7,54	10,54	28,54	252,69
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	42	0,41	0,03	6,13	24,95
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	0,72	0,13	5,27	25,48
	БАТОН	9	0,56	0,09	4,79	22,16
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		364,00	10,42	10,41	21,35	237,48
Итого за день		1559,00	51,46	53,87	189,57	1484,54