

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Мартьянова Д.С.)  
 23.12.2024  
 МКАОУ

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.12.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		418,00	11,61	12,27	48,23	354,89
Завтрак 2	МАНДАРИН	34	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		34,00	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	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	61	1,86	0,21	4,14	24,81
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	193	2,16	3,44	13,44	93,6
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	220	11,23	26,54	6,79	314,83
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22,7	1,27	0,18	10,08	44,49
	БАТОН	21,73	1,3	0,22	11,17	51,72
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		698,43	17,91	30,68	61,72	596,14
Полдник	КЕФИР	206	6,26	0,21	8,35	64,74
	МОЛОКО	210	5,88	5,15	9,77	110,04
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	3,75	1,41	53,52	200,71
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	45	1,8	17,79	23,37	260,79
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	90	3,6	35,58	46,74	521,58
Итого за полдник		623,00	21,29	60,14	141,75	1157,86
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61,62	0,99	3,14	4,74	50,77
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	84	3,84	4,3	2,84	107,47
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	0	0	0	0	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22,7	1,27	0,18	10,08	44,49
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	177	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		495,32	9,31	11,54	41,06	366,84
Итого за день		2273,75	60,68	114,77	307,96	2539,73

И.О. Заведующий М.С. (Мартыанова Д.С.)

23.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.12.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,36	88,92
Итого за завтрак 1		365,00	9,80	9,91	42,73	304,19
Завтрак 2	МАНДАРИН	34	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		34,00	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	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	40,84	1,26	0,14	2,8	16,75
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	176	1,94	3,1	12,1	84,24
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	9,19	21,72	5,56	257,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12,7	0,71	0,1	5,59	24,89
	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		579,54	14,38	25,34	49,75	486,65
Полдник	КЕФИР	157	4,73	0,16	6,31	48,95
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,68	1,01	38,23	143,36
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	45	1,8	17,79	23,37	260,79
Итого за полдник		252,00	9,21	18,96	67,91	453,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	41,08	0,86	2,1	3,16	33,85
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	63	2,72	2,93	2,27	58,49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13,44	0,75	0,11	5,91	26,34
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	148	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		385,52	6,69	8,27	30,37	251,19
Итого за день		1619,06	40,64	62,62	205,96	1559,13