

УТВЕРЖДАЮ  
И.О. Заведующий: *М.М.М.* (Мартыанова Д.С.)  
24.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.12.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	10	125,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,38	0,3	62,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		469,00	11,33	13,66	38,98	324,81
Завтрак 2	МАНДАРИН	33	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		33,00	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 КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60,78	1,75	3,76	4,88	60,35
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	79,9	17,45	14,34	7,34	228,27
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19,15	1,07	0,15	8,5	37,53
	БАТОН	12	0,76	0,13	6,49	30,06
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		749,83	28,46	30,37	81,95	719,09
Полдник	МОЛОКО	210	5,88	5,15	9,77	110,04
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		225,00	5,89	5,15	21,68	158,19
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	63	0,62	0,05	9,2	37,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	111	9,6	8,75	15,09	189,13
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	31	0,38	1,41	3,91	34,63
	БАТОН	13	0,81	0,14	6,96	32,23
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		398,00	11,52	10,38	35,20	294,24
Итого за день		1879,83	57,76	59,70	193,01	1560,33

УТВЕРЖДАЮ  
И.О. Заведующий (Мартьянова Д.С.)

24.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.12.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	64,35
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		399,00	10,16	12,44	34,00	289,45
Завтрак 2	МАНДАРИН	33	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		33,00	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 КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40,52	1,16	2,5	3,25	40,24
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	179	1,95	2,96	6,42	59,96
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	61,81	13,5	11,09	5,68	176,59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	9,15	0,51	0,07	4,03	17,93
	БАТОН	12	0,76	0,13	6,49	30,06
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		591,48	20,61	21,72	60,62
Полдник	МОЛОКО	157,5	4,41	3,86	7,33	82,53
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		172,50	4,42	3,86	19,24	130,68
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	42	0,41	0,03	6,13	24,95
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	96	9,44	9,08	13,91	184,04
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,38	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	9	0,57	0,09	4,87	22,55
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		356,00	10,89	10,55	28,61	264,76
Итого за день		1463,18	45,94	48,24	157,84	1265,28