


 УТВЕРЖДАЮ
 И.С. Заведующий (Мартьянова Д.С.)
 25.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность к
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.12.2024						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	20	1,25	0,21	10,71	49,58
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		385,00	8,82	13,57	53,76	373,00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	117	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		117,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	61	1,06	2,26	4,53	41,26
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	190	2,96	3,88	7,68	79,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	75	8,73	8,26	12,82	167,17
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,56	0,08	4,44	19,6
	БАТОН	28	1,8	0,3	15,42	71,4
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69	
Итого за обед		724,00	19,03	20,58	100,42	670,49
Полдник	КЕФИР	194	5,78	0,19	7,71	59,78
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		209,00	5,79	0,19	19,62	107,93
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	61	0,95	3,16	4,1	50,38
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	220	14,28	25,63	30,8	412,54
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,9	0,13	7,04	31,36
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		507,00	16,37	30,06	52,84	549,80
Итого за день		1947,00	50,41	64,80	236,44	1748,22

УТВЕРЖДАЮ
 (Мартыянова Д.С.)
 25.12.2024
 Заведующий

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.12.2024						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,97	28,49	208,84
	БАТОН	19	1,19	0,2	10,17	47,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		324,00	7,50	12,02	46,04	322,85
Завтрак 2	ЯБЛОКО	117	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		117,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,71	1,51	3,02	27,56
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	171	2,67	3,49	6,91	71,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	56	6,22	6,01	10,02	115,35
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,56	0,08	4,4	19,6
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58	
Итого за обед		596,00	14,55	16,17	80,01	521,21
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		165,00	4,21	3,68	18,89	126,75
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	41	0,62	2,1	2,73	33,57
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	180	11,68	20,97	25,2	337,54
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		421,00	13,68	24,37	46,16	459,94
Итого за день		1626,00	40,32	56,64	200,90	1477,75