

УТВЕРЖДАЮ
 И.С. Заведующий (Мартянова Д.С.)
 26.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	13	0,89	0,15	7,59	35,16
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		402,00	8,59	10,35	38,74	282,53
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	55	0,48	0	0,95	7,92
	ЩИ	186	2,2	3,11	3,95	52,38
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	51	10,84	10,35	7,56	166,75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88	39,2
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	148	0,15	0,08	11,63	47,63	
Итого за обед		609,00	17,96	17,62	47,23	441,21
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	18	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		18,00	0,02		15,88	64,20
Ужин 1	ОМЛЕТ	152	8,63	10,13	5,13	164,13
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		332,00	8,63	10,13	13,93	199,43
Итого за день		1566,00	36,20	38,30	135,58	1073,37

УТВЕРЖДАЮ
 И.С. Заведующий *Мед* (Мартынова Д.С.)
 26.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

МКАОУ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	149	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	18	1,23	0,2	10,51	48,68
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		327,00	7,58	8,60	34,60	246,27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		155,00	0,75	0,15	14,84	64,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,32	0	0,64	5,28
	ЩИ	168	1,98	2,8	3,55	47,15
	ГЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	46	9,61	9,18	6,71	147,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	11	0,62	0,09	4,84	21,56
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	148	0,15	0,08	11,63	47,63	
Итого за обед		529,00	15,21	15,28	38,77	371,33
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	18	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		18,00	0,02		15,88	64,20
Ужин 1	ОМЛЕТ	152	8,63	10,13	5,13	164,13
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		302,00	8,63	10,13	12,46	193,54
Итого за день		1334,00	32,19	34,16	116,55	939,84