



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Фоминых Я.В.)
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	146	12,71	11,59	19,98	250,45
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		395,00	16,96	18,49	54,36	392,44
Завтрак 2	ЯБЛОКО	108	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		108,00	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 ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	61	1,79	3,84	4,98	61,6
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	75,45	8,68	8,21	12,73	166,07
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	179	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		714,45	23,40	23,97	72,18	616,85
Полдник	КЕФИР	195	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	39	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		234,00	7,76	1,60	30,49	171,74
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	58	0,48	0	0,96	7,92
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	84	3,84	4,3	2,84	107,47
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		531,00	12,68	11,64	50,45	420,94
Итого за день		1987,45	61,20	56,10	217,28	1648,97

Секция "Лесбоном" НКЗ "Кинсел"



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Фоминых Я.В.)
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,58	12,1	18,54	245,38
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		366,00	16,23	18,90	47,78	363,57
Завтрак 2	ЯБЛОКО	108	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		108,00	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 ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	41	1,21	2,6	3,37	41,76
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	119	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	56,59	6,18	5,97	9,96	114,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	149	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		580,59	18,13	18,90	55,70	473,54
Полдник	КЕФИР	175	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	39	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		214,00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,32	0	0,64	5,28
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	63	2,72	2,93	2,27	58,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,84	0,12	6,6	29,4
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	149	0	0	7,33	29,38
Итого за ужин 1		411,00	9,62	9,31	35,95	296,63
Итого за день		1682,59	51,54	49,09	178,92	1346,29