

УТВЕРЖДАЮ

И.О.Заведующего _____ (Перевощикова О.В.)

12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	176	4,84	6,49	20,07	157,63
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	176	2,6	2,25	13,35	88,72
Итого за завтрак 1		426.00	14.36	17.55	49.11	417.70
Завтрак 2	ЯБЛОКО	109	0,84	0,84	19,49	93,59
Итого за завтрак 2		109.00	0.84	0.84	19.49	93.59
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,59	2,67	2,67	38,73
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	168	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	116	2,82	2,67	10,98	83,76
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	43	8,15	11,56	0	143,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		597.00	20.57	24.86	51.00	535.41
Полдник	МОЛОКО	194	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	17	0,03	0	24,54	99,22
Итого за полдник		211.00	5.63	4.90	33.84	204.02
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	57	5,32	1,2	2,93	58,05
	БАТОН	29	1,81	0,3	15,53	71,9
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		446.00	11.31	11.37	70.84	371.50
Итого за день		1792.00	52.71	59.52	224.28	1622.22

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)

УТВЕРЖДАЮ

И.О.Заведующего _____ (Перевощикова О.В.)

12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	197	5,38	7,21	22,31	175,25
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	44	2,98	0,5	25,53	118,23
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	177	2,61	2,26	13,43	89,22
Итого за завтрак 1		463.00	16.10	18.48	61.62	483.00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	136	0,85	0,85	19,76	94,88
Итого за завтрак 2		136.00	0.85	0.85	19.76	94.88
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	194	6,82	8,43	8,53	148,01
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	132	3,27	3,09	12,73	97,13
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		679.00	24.67	31.25	54.96	630.13
Полдник	МОЛОКО	195	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	21	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		216.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	61	7,21	1,63	3,97	78,69
	БАТОН	26	1,77	0,3	15,19	70,32
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		467.00	13.68	12.53	76.75	407.41
Итого за день		1964.00	60.93	68.01	246.21	1816.52

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)