

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Гичаева /
 Михайлова)
 08.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
13.05.2024					
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	144	7,43	8,24	35,41
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	158	2,87	2,42	14,09
Итого за завтрак 1		377.00	17.73	19.70	65.25
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,79	3,41	2,97
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	178	1,94	3,09	12,08
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,65	4,86	26,44
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,22	0,4	16,34
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		627.00	14.52	17.68	69.92
Полдник	ЙОГУРТ	117	5,8	5	22
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72
Итого за полдник		167.00	9.00	7.66	47.72
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	118	10,59	9,65	25,66
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76
	БАТОН	30	2,39	0,34	14,74
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04
Итого за ужин 1		358.00	13.22	10.02	43.20
Итого за день		1732.00	55.47	55.26	245.88

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Козионова Елена Борисовна)

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Исачева /
 Михайловна)
 08.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
13.05.2024					
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	171	8,26	9,16	39,35
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3
	БАТОН	45	3,91	0,51	26,24
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		443.00	20.51	21.11	81.64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,2	5,2	4,53
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	196	2,16	3,44	13,44
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,21	5,6	30,5
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,75	0,5	20,25
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		711.00	18.21	22.63	81.61
Полдник	ЙОГУРТ	174	5,8	5	22
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72
Итого за полдник		224.00	9.00	7.66	47.72
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	124	12,2	11,12	29,57
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6
	БАТОН	32	2,79	0,4	17,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04
Итого за ужин 1		386.00	15.31	11.55	51.41
Итого за день		1969.00	64.03	63.15	282.17

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Козионова Елена Борисовна)

члвтина

Эн.ценность
246,13
63
78,59
37,5
90,4
515.62
86
86.00
0
45,46
84,15
98,58
102
79,08
38,7
447.97
156
146,29
302.29
252,86
11,94
71,4
0,91
337.11
1688.99

члевтина

Эн.ценность
273,48
63
133,96
37,5
100,7
608.64
86
86.00
0
69,33
93,6
113,74
136
98
38,7
549.37
156
146,29
302.29
291,43
19,9
83,3
0,91
395.54
1941.84