

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Гичаева /
 Михайловна)
 14.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
15.05.2024					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	179	4,23	4,41	14,39
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12
Итого за завтрак 1		433.00	14.54	15.88	44.26
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	93	1,8	0,4	16,38
Итого за завтрак 2		93.00	1.80	0.40	16.38
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	39	0,63	2,02	3,05
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	178	3,15	4,95	6,12
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	129	2,74	3,39	12,34
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,18	0,4	16,04
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		619.00	21.80	21.53	52.76
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30
Итого за полдник		239.00	7.96	6.77	39.30
Ужин 1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	19,21	11,38	20,6
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3
	БАТОН	30	2,39	0,34	14,74
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04
Итого за ужин 1		370.00	23.71	14.12	51.68
Итого за день		1757.00	69.81	58.70	204.38

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Козионова Елена Борисовна)

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Гичаева /
 Михайловна)
 14.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
15.05.2024					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	184	4,7	4,9	16
	БАТОН	51	3,9	0,51	26,17
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	188	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		468.00	16.94	16.85	58.22
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	101	1,8	0,4	16,36
Итого за завтрак 2		101.00	1.80	0.40	16.36
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,96	3,06	4,62
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,5	5,5	6,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,16	3,91	14,25
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,51	20,53
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78
Итого за обед		732.00	27.88	27.34	64.33
Полдник	МОЛОКО	175	5,6	4,9	9,3
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30
Итого за полдник		215.00	7.96	6.77	39.30
Ужин 1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	145	21,87	12,95	23,45
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3
	БАТОН	30	2,39	0,34	14,74
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04
Итого за ужин 1		384.00	26.37	15.69	54.53
Итого за день		1905.00	80.95	67.05	232.74

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Козионова Елена Борисовна)

члвтина

Эн.ценность
113,16
78,59
37,5
63
90,58
382.83
86,93
86.93
0
32,68
90,45
110,24
171,42
77,62
38,7
521.11
104,8
146,4
251.20
265,31
20,37
71,4
0,91
357.99
1600.06

члвтина

Эн.ценность
125,8
133,6
37,5
63
100,7
460.60
86,86
86.86
0
49,44
100,5
127,33
228,56
99,35
43
648.18
104,8
146,4
251.20
302,04
20,37
71,4
0,91
394.72
1841.56