

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алептина Михайловна)

14.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	179	4,05	5,31	19,79	143,02
	БАТОН	21	1,85	0,31	15,87	73,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		425.00	11.03	14.13	44.81	352.12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	102	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		102.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	178	2,96	4,41	7,02	89,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,66	10,97	83,7
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	57	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		621.00	13.93	28.20	57.50	543.48
Полдник	КЕФИР	128	6	0,2	8	62,05
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		168.00	8.36	2.07	38.00	208.45
Ужин 1	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	130	2,05	4,77	19,17	143,96
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,73	3,06	2,02	76,44
	БАТОН	21	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		390.00	6.78	8.33	50.50	358.70
Итого за день		1709.00	40.90	53.53	210.41	1556.75

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алевтина Михайловна)

14.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод ы	
15.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	198	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	41	3,07	0,51	26,34	121,97
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		464.00	12.70	14.92	57.49	416.57
Завтрак 2	ЯБЛОКО	138	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		138.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,03	7,81	3,34	92,79
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	198	3,29	4,91	7,81	99,91
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	78	5,68	20,98	6,56	229,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,78	0,4	22,03	97,25
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		709.00	17.37	37.18	67.04	675.10
Полдник	КЕФИР	186	6	0,2	8,01	62,09
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		226.00	8.36	2.07	38.01	208.49
Ужин 1	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,36	5,5	22,13	166,11
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	25	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,22	0,22	15,43	74,33
Итого за ужин 1		454.00	8.04	10.12	55.68	414.19
Итого за день		1993.00	47.27	65.09	237.82	1808.35

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)