

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
03.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	164	2,64	2,23	12,95	83,04
Итого за завтрак 1		344.00	10.06	8.28	43.99	292.34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	163	0,82	0,16	16,22	70,44
Итого за завтрак 2		163.00	0.82	0.16	16.22	70.44
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	171	4,65	4,99	7,69	107,84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,97	0,36	14,47	70
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		580.00	21.30	34.35	47.12	590.29
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		229.00	8.64	7.41	35.57	246.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	39	0,67	3,38	2,02	38
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	29	1,81	0,3	15,53	71,9
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		367.00	11.20	13.84	22.71	274.71
Итого за день		1686.00	52.02	64.04	165.61	1474.10
Среднее значение за период		1686.00	52.02	64.04	165.61	1474.10

Исполнитель: Медсестра (Пахмутова Л.А.)
Шеф-повар: (Караваяева О.П.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
03.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	184	2,96	2,5	14,52	93,11
Итого за завтрак 1		430.00	13.99	11.72	59.82	402.91
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		199.00	1.00	0.20	19.80	86.00
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	190	5,17	5,54	8,54	119,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	79	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,98	0,28	15,67	69,18
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		709.00	27.56	44.86	64.60	774.42
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
	ПЕЧЕНЬЕ БКЗ ГЛЮТЕНА	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		279.00	9.23	7.90	60.32	353.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	1	5,07	3,03	57
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		430.00	12.63	15.72	34.38	342.45
Итого за день		2050.00	64.41	80.40	238.92	1958.88
Среднее значение за период		2050.00	64.41	80.40	238.92	1958.88

Исполнитель: Медсестра (Пахмутова Л.А.)
Шеф-повар: (Караваяева О.П.)