

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
07.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		417,00	7,21	9,84	55,45	338,46
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	29,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	199	3,27	3,97	6,24	81,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,26	0,32	17,9	79,01
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		721,00	16,08	32,21	67,41	640,58
Полдник	СНЕЖОК	179	5,6	5	22	154
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		243,00	7,64	6,59	71,32	374,74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	140	26,15	12,56	25,97	323,41
	СТУЩЕНОЕ МОЛОКО	25	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	33	2,2	0,37	18,81	87,27
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	184	2,96	2,5	14,52	93,16
Итого за ужин 1		452,00	34,84	21,21	87,71	610,05
Итого за день		2136,00	67,17	70,45	311,49	2096,83
Среднее значение за период		2136,00	67,17	70,45	311,49	2096,83

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
07.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0	0	7,82	31,37
Итого за завтрак 1		337,00	5,25	8,28	38,71	249,86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		245,00	1,15	0,55	24,15	109,15
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	59	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,7	0,31	12,47	60,31
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		580,00	12,42	25,04	45,48	476,85
Полдник	СНЕЖОК	161	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		191,00	6,81	5,90	42,30	248,40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	121	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ	47	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,77	75,53
	Итого за ужин 1	385,00	27,96	17,60	54,61	498,15
Итого за день		1741,00	53,59	57,37	205,25	1582,41
Среднее значение за период		1741,00	53,59	57,37	205,25	1582,41

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