

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
15.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	149	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	164	2,64	2,23	12,95	83,04
Итого за завтрак 1		341.00	7.80	10.42	47.19	307.80
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	0,78	0,16	15,35	66,65
Итого за завтрак 2		155.00	0.78	0.16	15.35	66.65
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,36	0,05	1,17	7,31
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		564.00	18.12	20.48	51.57	463.36
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		229.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	37	0,67	3,38	2,02	38
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		382.00	12.01	13.95	28.83	301.51
Итого за день		1673.00	47.38	51.35	177.86	1373.99
Среднее значение за период		1673.00	47.38	51.35	177.86	1373.99

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
15.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	199	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	23	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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	184	2,96	2,5	14,52	93,11
Итого за завтрак 1		421.00	10.40	12.54	61.71	399.91
Завтрак 2	ГРУША	100	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,36	0,05	1,17	7,31
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,27	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		680.00	22.66	25.28	72.98	608.86
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		278.00	9.30	6.36	59.54	337.16
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	55	1	5,07	3,03	57
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,1	0,16	8,75	38,64
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		449.00	13.73	15.88	43.13	381.09
Итого за день		1930.00	56.47	60.37	247.67	1774.02
Среднее значение за период		1930.00	56.47	60.37	247.67	1774.02

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