

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Сметанина С.А.)

29.01.25

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	19	2,27	0,3	15,24	77,77
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		363.00	15.72	18.55	36.01	390.54
Завтрак 2	ЯБЛОКО	179	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		179.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	61	5,98	3,53	0,49	103,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,22	0,4	16,34	79,08
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		590.00	17.47	16.75	50.43	496.34
Полдник	КЕФИР	171	5,39	0,18	7,19	55,75
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за полдник		191.00	6.92	0.38	17.45	108.14
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	БАТОН	23	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		393.00	10.06	11.55	58.13	369.53
Итого за день		1719.00	50.57	47.63	171.32	1409.20

Исполнитель: Медсестра _____ (Соболева Т.Г.)

Шеф-повар: _____ (Бакалдина Е.Н.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Сметанина С.А.)
29.01.25

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	139	12,02	10,95	18,89	254,57
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	25	3,17	0,45	19,55	94,66
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		399.00	16.36	18.70	41.85	432.72
Завтрак 2	ЯБЛОКО	189	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		189.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,66	53,46
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6,8	8,4	8,5	147,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	81	10,94	15,52	0	192,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		719.00	24.58	31.40	61.55	671.40
Полдник	КЕФИР	190	5,99	0,2	7,99	61,94
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		220.00	8.28	0.50	23.38	140.53
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	БАТОН	31	3,05	0,4	20,52	104,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		451.00	12.36	14.60	71.02	459.16
Итого за день		1983.00	61.98	65.60	207.60	1750.81

Исполнитель: Медсестра _____ (Соболева Т.Г.)

Шеф-повар: _____ (Бакалдина Е.Н.)