



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	181	4,47	5,4	19,58	145,71
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,61	2,25	13,38	88,87
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		420.00	13.36	12.21	43.54	344.98
Завтрак 2	ЯБЛОКО	104	0,36	0,36	8,79	42,14
Итого за завтрак 2		104.00	0.36	0.36	8.79	42.14
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,59	2,6	2,67	37,86
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8,51	7,17	4,41	121,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,18	0,31	17,32	76,44
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	178	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		616.00	18.86	16.98	77.15	539.68
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,71
	ПЕЧЕНЬЕ	18	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		217.00	6.62	0.38	41.29	199.61
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,31	0	0,63	5,19
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4	101,86
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	13,32	5,46	0	102,6
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	178	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		416.00	17.41	8.80	31.46	294.03
Итого за день		1776.00	56.61	38.73	202.23	1420.44

Исполнитель: Медсестра _____ (Вешнякова В.В)

Шеф-повар: _____ (Малыгина О.Л\ Плониш А.В.)



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Шабалина М.В.)
 10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	201	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	КАКАО С МОЛОКОМ	181	2,61	2,25	13,39	88,97
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		452.00	14.45	12.91	50.85	384.98
Завтрак 2	ЯБЛОКО	116	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		116.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,58	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,74	0,39	21,76	96,04
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	179	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		717.00	23.83	22.07	93.37	671.63
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	18	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		237.00	7.22	0.40	42.09	205.84
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	59	0,48	0	0,96	7,92
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		498.00	23.25	11.50	39.78	380.23
Итого за день		2023.00	69.15	47.28	235.89	1689.68

Исполнитель: Медсестра _____ (Вешнякова В.В.)
 Шеф-повар: _____ (Малыгина О.Л\ Плонш А.В.)