

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Шабалина М.В.)
 11.03.2025



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	168	5,14	4,84	21,13	147,33
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2,89	2,44	14,18	90,94
Итого за завтрак 1		380.00	11.84	10.51	48.16	334.29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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 `ЗДОРОВЬЕ`	39	0,63	1,35	2,7	24,59
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	3,3	2,94	5,62	76,68
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4	101,86
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	176	0,09	0,09	16,1	66,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,17	0,31	17,19	75,87
Итого за обед		615.00	14.65	13.75	55.40	447.69
Полдник	МОЛОКО	170	4,76	4,17	7,91	89,08
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,32	6,86	21,57	174,09
Итого за полдник		218.00	8.08	11.03	29.48	263.17
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,73	3,53	3,07	47,6
	ОМЛЕТ	120	6,9	8,1	4,1	131,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	176	0,8	1	11,41	44,06
	ЯБЛОКО	94	0,36	0,36	8,86	42,48
Итого за ужин 1		460.00	10.59	13.29	42.86	336.84
Итого за день		1876.00	46.16	48.78	195.70	1467.99

Исполнитель: Медсестра ВВ (Вешнякова В.В.)

Шеф-повар: _____ (Мальгина О.Л\ Плонш А.В.)



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Шабалина М.В.)

11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	198	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	197	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		433.00	13.79	12.55	53.58	382.18
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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 'ЗДОРОВЬЕ'	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	177	0,09	0,09	16,1	66,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,71	0,39	21,48	94,84
Итого за обед		717.00	18.49	17.60	65.34	547.26
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	68	4,63	9,57	30,11	243
	ХЛЕБЦЫ (диета)	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		288.00	11.81	14.75	55.79	422.20
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	177	0,8	1	11,41	44,06
	ЯБЛОКО	104	0,4	0,4	9,8	47
Итого за ужин 1		526.00	13.03	17.18	48.93	409.89
Итого за день		2167.00	58.12	62.28	243.44	1847.53

Исполнитель: Медсестра  (Вешнякова В.В.)

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