



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Шабалина М.В.)

13.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	170	4,88	4,22	20,62	140,79
	БАТОН	22	1,18	0,2	10,1	46,75
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,04	3,32	0,04	30
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,46	2,13	12,64	83,98
Итого за завтрак 1		366.00	8.56	9.87	43.40	301.52
Завтрак 2	ЯБЛОКО	75	0,36	0,36	8,75	41,96
Итого за завтрак 2		75.00	0.36	0.36	8.75	41.96
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	37	1,39	3,93	3,02	52,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	180	1,64	3,35	6,55	70,45
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	170	8,68	20,51	5,24	243,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,21	0,32	15,96	77,45
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	170	0,17	0,08	13,18	53,97
Итого за обед		606.00	14.09	28.19	43.95	497.85
Полдник	МОЛОКО	170	4,76	4,17	7,91	89,08
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	7,58	30,64
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		206.00	5.97	4.37	25.77	167.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,63	2,01	3,03	32,42
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,81	2,68	8,57	73,08
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	22	1,16	0,19	9,89	45,82
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	0,71	0,89	10,14	39,16
Итого за ужин 1		381.00	9.39	10.13	31.93	253.28
Итого за день		1637.00	38.37	52.92	153.80	1261.93

Исполнитель: Медсестра  (Вешнякова В.В)

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

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Шабалина М.В.)
 13.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		433.00	10.19	11.86	52.03	361.43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	84	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		84.00	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 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	200	1,82	3,72	7,28	78,28
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		700.00	17.14	34.39	52.27	600.82
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	22	0,01	0	11,91	48,15
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		244.00	6.81	5.10	31.49	200.55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	22	1,18	0,2	10,15	46,99
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		453.00	10.29	11.97	37.21	294.79
Итого за день		1917.00	44.83	63.72	182.80	1504.59

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