



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Шабалина М.В.)
 16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 17.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 199 | 5,39 | 7,22 | 22,35 | 175,55 |
| | БАТОН | 34 | 2,43 | 0,4 | 20,8 | 96,33 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 13 | 3 | 3,87 | 0 | 47,47 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 197 | 3,2 | 2,7 | 15,7 | 100,7 |
| | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 199 | 4,5 | 5,9 | 22 | 159 |
| Итого за завтрак 1 | | 647.00 | 18.57 | 24.24 | 80.90 | 616.55 |
| 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 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,8 | 0,1 | 4 | 20,4 |
| | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 199 | 3,52 | 4,05 | 8,88 | 97,52 |
| | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ | 150 | 5,45 | 10,92 | 20 | 199,96 |
| | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ ПАРОВЫЕ | 79 | 13,43 | 22,86 | 7,17 | 275,18 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 48 | 2,69 | 0,38 | 21,31 | 94,08 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 177 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 3,59 | 4,58 | 37,33 | 204,35 |
| Итого за обед | | 863.00 | 29.48 | 42.89 | 108.39 | 930.19 |
| Полдник | КЕФИР | 200 | 5,99 | 0,2 | 7,99 | 61,94 |
| | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 68 | 4,59 | 8,62 | 38,82 | 250,49 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 0,03 | 0 | 23,82 | 96,3 |
| | РЯЖЕНКА | 202 | 6,02 | 2,01 | 8,43 | 80,32 |
| Итого за полдник | | 500.00 | 16.63 | 10.83 | 79.06 | 489.05 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ | 60 | 0,89 | 4 | 4 | 58,09 |
| | ОМЛЕТ | 150 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ЯБЛОКО | 60 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | БАТОН | 34 | 2,38 | 0,4 | 20,39 | 94,41 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 178 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ | 150 | 5,56 | 4,85 | 33,71 | 208,94 |
| Итого за ужин 1 | | 632.00 | 17.86 | 19.78 | 81.83 | 607.87 |
| Итого за день | | 2847.00 | 83.54 | 97.94 | 369.98 | 2729.66 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Комаровских А.А.)
 Шеф-повар: _____ (Плониш А.В.)



 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Шабалина М.В.)
 16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|-----------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 17.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 179 | 4,85 | 6,49 | 20,1 | 157,91 |
| | БАТОН | 25 | 1,79 | 0,3 | 15,3 | 70,83 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 10 | 2,31 | 2,98 | 0 | 36,52 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 178 | 2,89 | 2,44 | 14,19 | 90,99 |
| Итого за завтрак 1 | | 397.00 | 11.89 | 16.36 | 49.64 | 393.75 |
| 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 | МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ | 40 | 0,53 | 0,07 | 2,67 | 13,6 |
| | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 179 | 3,17 | 3,64 | 7,99 | 87,72 |
| | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ | 120 | 4,36 | 8,74 | 16 | 159,97 |
| | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ ПАРОВЫЕ | 59 | 10,03 | 17,07 | 5,35 | 205,51 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 2,13 | 0,3 | 16,87 | 74,48 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 148 | 0 | 0 | 8,11 | 32,36 |
| Итого за обед | | 584.00 | 20.22 | 29.82 | 56.99 | 573.64 |
| Полдник | КЕФИР | 179 | 5,39 | 0,18 | 7,19 | 55,71 |
| | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 49 | 3,31 | 6,21 | 27,97 | 180,5 |
| Итого за полдник | | 228.00 | 8.70 | 6.39 | 35.16 | 236.21 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ | 40 | 0,59 | 2,67 | 2,67 | 38,73 |
| | ОМЛЕТ | 120 | 6,9 | 8,1 | 4,1 | 131,3 |
| | ЯБЛОКО | 59 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | БАТОН | 25 | 1,75 | 0,29 | 14,99 | 69,42 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 149 | 0 | 0 | 7,33 | 29,38 |
| Итого за ужин 1 | | 393.00 | 9.64 | 11.46 | 38.89 | 315.83 |
| Итого за день | | 1805.00 | 51.45 | 64.23 | 200.48 | 1605.43 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Комаровских А.А.)
 Шеф-повар: _____ (Плониш А.В.)