



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	149	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		360,00	7,94	8,06	40,74	258,01
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,75
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		579,00	15,62	16,65	62,93	435,81
Полдник	КЕФИР	166	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		216,00	8,67	6,34	34,92	234,67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		389,00	9,01	14,85	53,40	326,55
Итого за день		1747,00	42,24	46,10	211,78	1341,04

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Кучина Н.Г.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Черепанова Д.А.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Копанева И.Н.)

14.06.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБЦЫ (диета) 5 гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		435,00	11,79	11,30	62,62	390,42
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	198	3,27	3,97	6,24	81,27
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (диета) 5 гр	150	4,22	5,61	30,5	113,74
ХЛЕБЦЫ (диета) 5 гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4	
Итого за обед		902,00	26,55	27,42	134,04	767,04
Полдник	КЕФИР	183	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ЙОГУРТ	193	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 5гр	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		466,00	16,40	13,82	84,69	532,63
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	ХЛЕБЦЫ (диета) 5 гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		508,00	13,10	21,68	79,60	512,19
Итого за день		2516,00	68,84	74,42	380,74	2288,28

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Кучина Н.Г.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Черепанова Д.А.)