

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
27.04.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Чебурашка	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		685,00	11,46	15,03	85,05	518,84
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		204,00	0,90	0,50	19,70	90,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЬМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	39	0,67	3,93	3,27	55,2
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	9,19	21,72	5,56	257,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	11,63	47,63
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ гр.Солнышко	180	2,66	2,02	14,11	85,68
Итого за обед		763,00	21,97	31,56	63,08	632,98
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,97	78,6
	ПЕЧЕНЬЕ	11	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ гр.Солнышко	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		371,00	6,70	4,13	47,46	256,22
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	149	5,42	8,41	36,66	242,75
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	16	1,16	0,19	9,93	45,96
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ гр.Солнышко	150	2,34	9,66	20,43	176,34
Итого за ужин 1		567,00	10,61	18,54	80,79	534,77
Итого за день		2593,00	51,64	69,76	296,08	2031,81

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Рябинка, Полянка, Вишенка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка,	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Полянка	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		805,00	15,27	17,93	113,67	679,14
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		204,00	0,90	0,50	19,70	90,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЬМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	58	1	5,9	4,9	82,8
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		681,00	22,03	34,40	59,11
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	16	0,03	0	23,1	93,38
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка,	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка- 3 человека, Полянка	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		416,00	6,78	4,72	47,89	263,11
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ гр.Вишенка,Полянка,Березка	180	2,81	11,59	24,52	211,61
	Итого за ужин 1		675,00	13,59	23,34	103,50
Итого за день		2786,00	58,57	80,89	343,87	2354,70