

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Арасланова Э.Г.)  
08.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Группа и лица	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2024						
Завтрак ак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	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	696,00	15,94	20,38	93,97	623,46
	Завтрак СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	Итого за завтрак 2	100,00	0,50	0,10	9,89	43,00
На Соль йодированная	3	0	0	0	0	
Итого за на весь день	3,00					
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОМ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	39	0,67	3,38	2,02	38
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СВИНИНА гр.Чебурашка	179	1,94	3,1	12,1	84,24
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Чебурашка, Сольшико	60	3,01	21,49	0	184,13
	Итого за обед	836,00	24,34	58,71	80,53	885,63
Полд. МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32	
ник ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	48	2,68	1,01	38,23	143,36	
ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82	
Итого за полдник	408,00	7,83	5,45	46,64	238,50	
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОИ	38	0,53	2,67	2,27	38
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОИ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ гр.Чебурашка	138	6,67	7,97	27,39	208,16
	Итого за ужин 1	548,00	16,19	18,75	79,84	554,52
Итого за день	2591,00	64,80	103,39	310,87	2345,11	

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Группа и лица	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2024						
Завтрак ак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Рибника, Полянка, Вишенка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рибника, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1	799,00	19,43	24,47	111,29	743,85
	Завтрак ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ак 2 СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	Итого за завтрак 2	280,00	0,61	0,13	9,93	43,82
На Соль йодированная	5	0	0	0	0	
Итого за на весь день	5,00					
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОМ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	1	5,07	3,03	57
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	83,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОИ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ гр.Яблонька	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Рибника, Вишенка, Полянка-2 чел. Яблонька	80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за обед	1127,00	31,73	76,69	90,82	1109,93
Полд. МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
ник ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	67	3,75	1,41	53,52	200,71	
ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01	
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр. Вишенка-3 чел. Полянка	50	0,05	0	39,7	160,5	
Итого за полдник	517,00	9,53	6,34	102,56	467,02	
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОИ	58	0,8	4	3,4	57
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОИ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-3 чел. Полянка,	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	Итого за ужин 1	650,00	19,17	22,96	98,63	681,56
Итого за день	3378,00	80,47	130,59	413,23	3046,18	