

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	22	1,18	0,2	10,1	46,75
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
Итого за завтрак 1		365,00	9,66	13,04	42,27	325,58
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	Итого за завтрак 2		100,00	0,50	0,10	9,90
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП 'ЛЕТНИЙ' ОВОЩНОЙ	180	3,24	3,82	7,99	79,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		583,00	19,34	34,65	38,40	538,66
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,03	0	24,43	98,77
Итого за полдник		200,00	5,07	4,41	32,80	193,09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	48	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	34	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		402,00	16,25	17,71	48,53	426,36
Итого за день		1653,00	50,82	69,91	171,90	1526,69

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	28	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
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	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 (диета) гр.Полянка	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		823,00	17,62	20,89	113,88	713,73
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	114	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за завтрак 2		364,00	1,00	0,53	19,73	90,76
На	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП 'ЛЕТНИЙ' ОВОЩНОЙ	200	3,6	4,24	8,88	88
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Яблонька,Рябинка, Полянка-2 человека, Вишенка	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		962,00	29,06	74,38	48,02
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	28	3,25	2,57	41,25	201,3
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Полянка, Вишенка-2 чел	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		471,00	11,37	7,92	91,04	482,91
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	48	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	42	2,24	0,37	19,15	88,85
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Рябинка, Вишенка, Березка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр.Рябинка, Вишенка, Березка	80	7,89	7,89	3,19	136
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Рябинка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за ужин 1		889,00	28,86	31,08	97,59
Итого за день		3514,00	87,91	134,80	370,26	3041,53