

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
25.04.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.04.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,44	4,66	21,59	145,79
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,77	75,53
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	СЫР ПОРЦИЯМИ гр.Солнышко	14	3,23	4,17	0	51,12
Итого за завтрак 1		415,00	16,70	19,62	46,56	432,24
Завтрак 2	ЯБЛОКО	115	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		115,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Солнышко	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр.Солнышко	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за обед		852,00	24,54	22,93	58,24	589,61
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,02	0	15,88	64,2
	ХЛЕБЦЫ гр Солнышко	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		211,00	6,64	4,69	40,63	232,92
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	35	1,15	2,95	4,06	47,56
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	БАТОН	20	1,15	0,19	9,88	45,77
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Солнышко	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за ужин 1		475,00	19,31	50,96	33,89	642,43
Итого за день		2071,00	67,59	98,60	189,12	1944,20

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.04.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	201	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	41	2,37	0,39	20,26	93,83
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр. Рябинка, Полянка	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
	СЫР ПОРЦИЯМИ гр.Яблонька, Березка	20	4,61	5,96	0	73,03
Итого за завтрак 1		887,00	25,87	28,37	121,59	847,37
Завтрак 2	ЯБЛОКО	115	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		115,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ гр. Рябинка, Полянка	150	2,92	4,92	15	141,14
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		1089,00	22,43	24,71	68,16	657,64
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	16	0,03	0	25,41	102,72
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Рябинка, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка, Полянка, Березка	50	3,95	0,7	40,95	186
Итого за полдник		467,00	9,71	5,63	75,70	394,53
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	53	1,72	4,42	6,09	71,34
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	79	15,14	31,82	0,89	334,57
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Рябинка, Вишенка, Полянка, Яблонька	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		578,00	26,27	68,32	46,79	868,08
Итого за день		3141,00	84,68	127,43	322,04	2814,62