

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
18.04.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.04.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	20	1,15	0,19	9,88	45,77
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		355,00	8,12	12,19	40,82	305,56
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
	Итого за завтрак 2		150,00	0,38	9,90	42,23
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	Итого за на весь день		3,00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		572,00	12,84	15,43	56,89	356,18
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		230,00	7,72	5,42	46,60	237,68
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	22	0,39	1,7	1,48	22,6
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		417,00	12,50	12,37	44,15	352,22
Итого за день		1727,00	41,56	45,41	198,36	1293,87

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.04.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	26	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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр. Полянка, Рябинка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Полянка, Рябинка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		761,00	13,54	18,65	86,75	568,54
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		280,00	0,96	0,10	21,77	93,67
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	Итого за на весь день		5,00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		704,00	16,69	19,91	73,37	463,00
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,68	1,01	38,23	143,36
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Полянка, Рябинка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр. Вишенка - 2 чел, Рябинка	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		500,00	8,46	5,94	87,27	409,67
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	22	0,39	1,7	1,48	22,6
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр. Яблонька, Вишенка, Полянка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр. Яблонька, Вишенка, Полянка	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		672,00	20,41	45,64	85,03	817,91
Итого за день		2922,00	60,06	90,24	354,19	2352,79