

УТВЕРЖДАЮ

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

29.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.12.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	22	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
Итого за завтрак 1		357,00	8,13	10,71	45,02	309,12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,85	42,79
Итого за завтрак 2		101,00	0,50	0,10	9,85	42,79
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		570,00	12,59	25,70	63,04	474,59
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		194,00	5,06	4,41	24,25	158,52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	26	1,77	0,3	15,19	70,32
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		405,00	26,47	18,17	56,03	481,63
Итого за день		1630,00	52,75	59,09	198,19	1466,65

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.12.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка-2чел, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		637,00	10,54	12,57	62,39	404,87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,85	42,79
Итого за завтрак 2		101,00	0,50	0,10	9,85	42,79
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		705,00	16,11	33,81	80,57	605,97
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		234,00	7,20	5,18	41,56	243,40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	32	2,26	0,38	19,31	89,6
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		481,00	31,99	23,60	75,80	632,42
Итого за день		2163,00	66,34	75,26	270,17	1929,45