

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Арасланова Э.Г.)  
02.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		361.00	9.44	9.09	42.54	295.35
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,86	42,86
Итого за завтрак 2		101.00	0.50	0.10	9.86	42.86
На	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
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	180	4,08	3,61	17,28	114,71
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		595.00	18.82	17.13	84.48	570.84
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		230.00	9.39	2.18	31.19	175.73
Ужин 1	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	39	1,68	3,68	2,28	48,8
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76	
Итого за ужин 1		409.00	11.88	8.60	46.44	299.89
Итого за день		1698.00	50.03	37.10	214.51	1384.67

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ гр.Вишенка-2чел, Солнышко	200	6,98	10,42	25	222,38
Итого за завтрак 1		847.00	20.26	23.21	82.69	628.17
Завтрак 2	СОК	101	0,5	0,1	9,84	42,74
Итого за завтрак 2		101.00	0.50	0.10	9.84	42.74
На	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
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	200	4,53	4,01	19,2	127,46
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Вишенка-2чел, Солнышко	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ гр.Вишенка-2чел, Солнышко	150	3,9	5,5	39,1	126,4
Итого за обед		1071.00	30.27	29.68	156.36	919.83
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		269.00	11.57	2.48	48.37	256.32
Ужин 1	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	58	2,52	5,52	3,42	73,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МЯСО СВИНИНЫ ОТВАРНОЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ гр.Вишенка	80	5,84	16,32	4,16	179,36
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		613.00	22.65	28.28	74.15	627.28
Итого за день		2906.00	85.25	83.75	371.41	2474.34