

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
03.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	17	1,16	0,19	9,93	45,98
	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
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Чебурашка	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		690,00	13,33	17,62	79,53	529,97
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,85	42,79
	ЯБЛОКО	106	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		210,00	0,90	0,50	19,15	87,44
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	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
	СУП 'ЛЕТНИЙ' ОВОЩНОЙ (СВИНИНА) гр.Чебурашка	200	3,6	4,24	8,88	88
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Чебурашка	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за обед		831,00	25,95	60,38	47,28	810,79
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	МАРМЕЛАД	14	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за полдник		374,00	5,17	4,44	24,29	159,34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	26	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр.Чебурашка	180	9,19	21,72	5,56	257,59
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		754,00	28,30	39,50	61,24	709,31
Итого за день		2862,00	73,65	122,44	231,49	2296,85

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.05.2024						
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	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	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
Итого за завтрак 1		817,00	17,62	20,89	113,88	713,73
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,85	42,79
	ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		394,00	1,01	0,53	19,69	90,61
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	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Рябинка, Вишенка, Полянка, Березка	80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		957,00	29,06	74,38	48,02	939,03
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	МАРМЕЛАД	14	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		444,00	8,12	5,35	49,79	281,61
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	33	2,26	0,38	19,35	89,76
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр.Березка, Рябинка, Вишенка	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		850,00	32,53	45,13	72,96	821,66
Итого за день		3466,00	88,34	146,28	304,34	2846,64