

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Арасланова Э.Г.)  
12.04.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 15.04.2024            |  |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ  | 150       | 6,2              | 6,87  | 29,51    | 205,11      |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ   | 7         | 1,62             | 2,09  | 0        | 25,56       |
|                       | БАТОН  | 25        | 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    |  | 367,00    | 12,25            | 15,79 | 56,54    | 418,30      |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)  | 100       | 0,5              | 0,1   | 9,89     | 43          |
| Итого за завтрак 2    |  | 100,00    | 0,50             | 0,10  | 9,89     | 43,00       |
| На                    | Соль йодированная  | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |  | 3,00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 39        | 0,67             | 3,38  | 2,02     | 38          |
|                       | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ   | 179       | 1,94             | 3,1   | 12,1     | 84,24       |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                 | 120       | 3,12             | 4,4   | 31,28    | 101,12      |
|                       | ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ  | 60        | 11,36            | 23,87 | 0,67     | 250,93      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 31        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ПОДЛИВ   | 30        | 0,24             | 1,14  | 2,1      | 20,22       |
|                       | БАТОН  | 20        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ   | 150       | 0,08             | 0     | 7,92     | 32,21       |
|                       | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр.Солнышко                                  | 60        | 5,92             | 5,92  | 2,39     | 102         |
| Итого за обед         |  | 689,00    | 26,21            | 42,25 | 82,08    | 735,12      |
| Полдник               | МОЛОКО   | 180       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32       |
|                       | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ  | 50        | 4,92             | 7,08  | 22,84    | 181,52      |
|                       | БАТОН гр.Солнышко  | 30        | 1,8              | 0,3   | 15,42    | 71,4        |
| Итого за полдник      |  | 260,00    | 11,76            | 11,79 | 46,63    | 347,24      |
| Ужин 1                | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ   | 39        | 0,53             | 2,67  | 2,27     | 38          |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ   | 150       | 6,26             | 7,67  | 28,49    | 208,84      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 21        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
| Итого за ужин 1       |  | 415,00    | 9,45             | 10,75 | 61,56    | 382,32      |
| Итого за день         |  | 1834,00   | 60,17            | 80,68 | 256,70   | 1925,98     |

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи                | Наименование блюда   | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Эн.ценность |
|---------------------------|--|-----------|------------------|--------|----------|-------------|
|                           |  |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |             |
| 15.04.2024                |  |           |                  |        |          |             |
| Завтрак 1                 | КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ  | 200       | 8,26             | 9,16   | 39,35    | 273,48      |
|                           | СЫР ПОРЦИЯМИ   | 10        | 2,31             | 2,98   | 0        | 36,52       |
|                           | БАТОН  | 25        | 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.Вишенка, Полянка, Березка, Рябинка   | 180       | 4,31             | 5,48   | 44,8     | 245,22      |
|                           | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка, Вишенка                        | 200       | 0,13             | 0,03   | 0,04     | 1,01        |
|                           | ХЛЕБЦЫ гр.Полянка, Яблонька  | 10        | 0,79             | 0,14   | 8,19     | 37,2        |
| Итого за завтрак 1        |  | 810,00    | 20,23            | 24,62  | 119,41   | 781,06      |
| Завтрак 2                 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка  | 180       | 0,11             | 0,03   | 0,04     | 0,82        |
|                           | СОК (фруктовый/овощной)  | 100       | 0,5              | 0,1    | 9,89     | 43          |
| Итого за завтрак 2        |  | 280,00    | 0,61             | 0,13   | 9,93     | 43,82       |
| На                        | Соль йодированная  | 5         | 0                | 0      | 0        | 0           |
| Итого за на весь день     |  | 5,00      |                  |        |          |             |
| Обед                      | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 58        | 1                | 5,07   | 3,03     | 57          |
|                           | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ   | 199       | 2,16             | 3,44   | 13,44    | 93,6        |
|                           | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                                 | 150       | 3,9              | 5,5    | 39,1     | 126,4       |
|                           | ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ  | 80        | 15,14            | 31,82  | 0,89     | 334,57      |
|                           | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 31        | 1,68             | 0,24   | 13,32    | 58,8        |
|                           | ПОДЛИВ   | 30        | 0,24             | 1,14   | 2,1      | 20,22       |
|                           | БАТОН  | 20        | 1,2              | 0,2    | 10,28    | 47,6        |
|                           | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ   | 180       | 0,1              | 0      | 9,5      | 38,65       |
|                           | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр. Полянка, Березка, Вишенка, Яблонька      | 80        | 7,89             | 7,89   | 3,19     | 136         |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка | 180  | 0,11      | 0,03             | 0,04   | 0,82     |             |
| Итого за обед             |  | 1008,00   | 33,42            | 55,33  | 94,89    | 913,66      |
| Полдник                   | МОЛОКО   | 200       | 5,6              | 4,9    | 9,3      | 104,8       |
|                           | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ  | 70        | 6,89             | 9,91   | 31,97    | 254,13      |
|                           | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. гр. Рябинка, Полянка, Вишенка                   | 200       | 0,13             | 0,03   | 0,04     | 1,01        |
|                           | БАТОН гр.Вишенка   | 41        | 3,07             | 0,4    | 20,58    | 105,08      |
|                           | ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр. Полянка, Березка, Вишенка- 2 чел. Яблонька | 40        | 0,04             | 0      | 31,76    | 128,4       |
| Итого за полдник          |  | 551,00    | 15,73            | 15,24  | 93,65    | 593,42      |
| Ужин 1                    | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ   | 58        | 0,8              | 4      | 3,4      | 57          |
|                           | МАКАРОНЫ С СЫРОМ   | 180       | 7,52             | 9,21   | 34,2     | 250,62      |
|                           | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 21        | 1,12             | 0,16   | 8,8      | 39,2        |
|                           | БАТОН  | 34        | 2,1              | 0,35   | 17,99    | 83,3        |
|                           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ  | 180       | 0,04             | 0      | 9,15     | 36,78       |
|                           | МАКАРОНЫ С СЫРОМ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Березка, Вишенка- 3 чел. Яблонька  | 180       | 7,52             | 9,21   | 34,2     | 250,62      |
|                           | ХЛЕБЦЫ гр.Полянка, Яблонька  | 10        | 0,79             | 0,14   | 8,19     | 37,2        |
| Итого за ужин 1           |  | 663,00    | 19,89            | 23,07  | 115,93   | 754,72      |
| Итого за день             |  | 3317,00   | 89,88            | 118,39 | 433,81   | 3086,68     |