



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шушарина С.О.)
11.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	142	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		354,00	9,11	11,40	49,19	306,61
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого за завтрак 2		275,00	1,30	0,58	27,12	122,05
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	41	0,64	2,04	3,08	32,96
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	179	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	180	9,52	18,68	15,54	266,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		575,00	18,26	24,34	44,93	471,02
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		398,00	10,83	12,41	20,62	256,38
Итого за день		1815,00	46,31	54,54	172,73	1360,18
Среднее значение за период		1815,00	46,31	54,54	172,73	1360,18

Исполнитель: Медсестра _____ (Коснырева С.В.)
Шеф-повар: _____ (Коваленко Н.А.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шушарина С.О.)
11.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	190	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		422,00	10,99	13,20	58,15	356,34
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	29,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	199	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	220	11,63	22,84	18,99	325,76
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		696,00	22,03	29,98	57,11	583,90
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		255,00	8,85	7,47	50,55	306,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		430,00	11,74	13,51	27,06	296,15
Итого за день		2108,00	55,01	64,76	222,47	1675,49
Среднее значение за период		2108,00	55,01	64,76	222,47	1675,49

Исполнитель: Медсестра _____ (Коснырева С.В.)
Шеф-повар: _____ (Коваленко Н.А.)