


 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Прокопьева О.В.)
 15.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	141	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	34	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	41	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		401.00	17.13	18.65	54.63	395.87
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	198	0,51	0	13,21	56,36
Итого за завтрак 2		198.00	0.51		13.21	56.36
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	196	3,11	4,06	8,05	83,72
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	71	10,8	15,33	0	190,25
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	Итого за обед		688.00	19.63	26.71	49.04
Полдник	МОЛОКО	184	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	16	0,02	0	12,7	51,36
Итого за полдник		200.00	5.62	4.90	22.00	156.16
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	52	13,43	28,21	0,79	296,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		471.00	19.21	36.37	41.52	577.55
Итого за день		1963.00	62.10	86.63	180.40	1714.94
Среднее значение за период		1963.00	62.10	86.63	180.40	1714.94

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Прокопьева О.В.)
 15.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	122	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	34	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		370.00	16.33	19.00	47.93	365.50
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	178	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		178.00	0.46		11.88	50.67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	177	2,81	3,67	7,27	75,6
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	53	5,88	3,47	0,48	101,59
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,14	77,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	160	0,09	0	8,44	34,36
	Итого за обед		581.00	13.52	12.51	43.32
Полдник	МОЛОКО	165	5,02	4,39	8,34	93,98
	ПЕЧЕНЬЕ	16	0,02	0	12,7	51,36
Итого за полдник		181.00	5.04	4.39	21.04	145.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,59	2,67	2,67	38,73
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	44	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		374.00	15.63	29.83	31.17	461.37
Итого за день		1687.00	50.98	65.73	155.34	1411.16
Среднее значение за период		1687.00	50.98	65.73	155.34	1411.16

Исполнитель