

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)

31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,94	10,42	24,51	211,03
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,24	3,28	6,08	64
	ПЛОВ С МЯСОМ	200	27,07	22,67	47,59	302,67
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	48	2,83	2,24	36	175,68
	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
Ужин 1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21,87	12,95	23,45	302,04
	СОУС ИЗ КУРАГИ	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	Среднее значение за период	1983,00	83,99	82,36	288,30	1861,70

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)

31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	153	7,45	8,69	17,09	159,19
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	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		368,00	12,18	15,57	66,69	358,72
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 весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	182	2,02	2,95	5,47	57,6
	ПЛОВ С МЯСОМ	180	24,36	20,4	42,83	252,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Итого за обед		592,00	30,58	31,40	76,77	509,32
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	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,95	11,22	20,32	261,77
	СОУС ИЗ КУРАГИ	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		405,00	22,94	13,90	55,35	366,22
Итого за день		1678,00	73,01	66,78	239,57	1481,38

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)