

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	163	15,9	15,3	23,43	310,09
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	185	0,12	0,03	0,04	0,93
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,66	3,87	3,45	52,53
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	1,1	0,1	7,9	37
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ	200	14,35	13,39	17,37	248
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	3,64	5,13	36,49	117,97
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ	80	13,92	5,89	5,27	136,71
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Среднее значение за период		1923,00	73,98	68,04	240,82	1741,25

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	146	14,24	13,7	15,99	207,75
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		386,00	18,14	16,40	52,75	300,34
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,42	0,42	9,79	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,44	2,58	2,3	35,02
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	160	5,44	6,72	6,8	118
	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	1,1	0,1	7,9	37
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ	180	12,91	12,05	15,63	203,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		570,00	21,57	21,69	54,03	484,27
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230,00	8,32	10,57	36,10	273,24
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ	60	10,44	4,42	3,95	102,53
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		400,00	16,23	10,36	65,52	349,72
Итого за день		1689,00	64,68	59,44	218,19	1454,57

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)