

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

30.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ	150	13	14,2	29	295,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	1,06	3,87	4,26	56,67
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	3,39	12,35	110,35
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	70	7,64	7,39	12,32	141,78
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,05	0	39,7	160,5
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Среднее значение за период		2005,00	59,29	62,99	265,58	1812,65

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)

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

30.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ	130	11,27	12,31	25,13	256,1
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,72	2,29	13,34	85,59
Итого за завтрак 1		350,00	17,18	17,17	65,05	409,66
Завтрак 2	ЯБЛОКО	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,71	2,58	2,84	37,78
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Итого за обед		620,00	17,92	15,79	77,81	498,24
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85	80,25
Итого за полдник		205,00	5,42	0,18	27,04	136,00
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	9,19	21,72	5,55	207,59
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0	0	9,29	37,25
Итого за ужин 1		400,00	10,99	22,02	30,26	316,24
Итого за день		1678,00	52,01	55,26	210,05	1403,14

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)