

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
05.02.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.02.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,59	8,23	20,72	178,73
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	3,3	2,94	5,62	76,68
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,65	4,86	26,44	98,58
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Полдн.к	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	200	12,98	23,3	48	305,04
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
Среднее значение за период		1895.00	56.23	82.11	237.34	1802.25

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ
И.О.Заведующий (Лобастова М.А.)
05.02.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.02.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,94	7,26	18,29	157,7
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		355.00	9.46	14.65	46.53	351.24
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	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	160	2,87	2,72	4,99	68,15
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,38	4,49	24,4	90,99
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		550.00	14.20	12.14	56.92	387.38
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	2,62	4,93	22,18	143,14
Итого за полдник		220.00	7.84	9.43	41.98	283.54
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	180	11,69	20,98	15,2	237,54
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0	0	9,29	37,25
Итого за ужин 1		430.00	13.85	22.60	51.28	369.29
Итого за день		1658.00	45.77	59.24	206.50	1438.45

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)