

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

06.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	170	7,62	9,36	33,18	248,88
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,44	14,12	90,64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61,01
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ	230	16,5	15,4	19,98	285,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,77	43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,3	0,33	18,2	80,36
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ(диета)	200	0,11	0	10,56	42,94
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	173	26,11	17,4	40,9	424,57
Ужин 1	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	Среднее значение за период	2382,00	83,20	75,91	322,64	2351,14

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)

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

06.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,72	8,28	29,28	219,6
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,78	75,53
Итого за завтрак 1		375,00	16,05	19,12	56,83	466,83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
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 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ	200	14,35	13,39	17,37	248
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за обед		600,00	20,12	21,80	58,76	547,66
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
Итого за полдник		218,00	7,28	6,19	36,88	233,40
Ужин 1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	138	20,83	13,88	32,62	338,67
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		328,00	23,23	14,28	60,51	463,28
Итого за день		1724,00	67,68	61,59	232,77	1797,17
Среднее значение за период		1724,00	67,68	61,59	232,77	1797,17