

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
11.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	180	4,23	4,41	14,4	113,22
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	МАНДАРИН	120	0,67	0,17	18,24	76,8
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	3,25	3,08	12,66	96,58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0	0	18,25	64,93
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Ужин 1	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	14,6	13,32	22,95	287,73
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
Среднее значение за период		2505,00	64,18	94,19	298,81	2313,37

Исполнитель: _____ (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
11.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	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
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2,36	2,59	11,27	74,68
Итого за завтрак 1		375,00	12,82	15,08	39,04	340,73
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	МАНДАРИН	120	0,67	0,17	18,24	76,8
Итого за завтрак 2		220,00	1,17	0,27	28,13	119,80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	2,6	2,46	10,13	77,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	200	0	0	18,25	64,93
Итого за обед		640,00	13,16	34,12	64,67	589,12
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		230,00	8,42	7,16	45,52	286,69
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	14,63	14,08	21,57	285,36
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400,00	17,26	14,51	44,93	393,32
Итого за день		1868,00	52,83	71,14	222,29	1729,66
Среднее значение за период		1868,00	52,83	71,14	222,29	1729,66