

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Злобина М. С.)
13.03.2025

Меню приготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		658.00	11.73	14.23	75.12	476.36
Завтрак 2	ЯБЛОКО	78	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		78.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	1	0,01	0,02	0,04	0,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		425.00	17.98	21.58	45.28	466.71
Полдник	МОЛОКО	0	0	0	0	0
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		230.00	3.10	1.63	32.82	158.41
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	Итого за ужин 1		435.00	11.20	9.81	49.17
Итого за день		1829.00	44.41	47.65	212.19	1405.28

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)

Шеф-повар: _____ (Егорова Е. Г.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 06.01)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 06.01)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ (диета)	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		792,00	16,56	17,08	114,80	680,10
Завтрак 2	ЯБЛОКО	78	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06.01)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		278,00	0,51	0,43	9,84	47,82
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	198	1,82	3,73	7,27	78,27
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	ХЛЕБЦЫ (диета)	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за обед		739,00	27,91	33,03	89,26	794,34
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 06.01)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		468,00	8,70	6,53	58,00	327,22
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	БАТОН	28	1,78	0,3	15,26	70,68
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(диета 01)	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ХЛЕБЦЫ (диета)	6	2,37	0,42	24,57	111,6
	Итого за ужин 1		644,00	18,96	14,58	96,70
Итого за день		2926,00	72,64	71,65	368,60	2365,12

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)

Шеф-повар: _____ (Егорова Е. Г.)