

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ 0
 07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	РИС ОТВАРНОЙ диета гр 3,11	110	2,2	2,42	24,97	127,38
Итого за завтрак 1		540.00	11.82	14.82	79.13	494.04
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	84	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		283.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	59	0,8	4	3,4	57
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,96	4,64	7,84	94,72
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	181	0,17	0,07	12,94	52,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за обед		686.00	17.32	33.33	56.52	608.71
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		229.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	23	2,21	0,37	18,88	87,58
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)диета гр 3-2,4,8,11-2,12	200	10,57	20,76	17,26	296,15
Итого за ужин 1		664.00	27.12	38.38	66.45	741.07
Итого за день		2405.00	63.29	92.03	264.82	2177.92

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()

07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360.00	8.13	10.71	45.02	309.12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	179	0,9	0,18	17,81	77,36
	ЯБЛОКО	80	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		259.00	1.30	0.58	27.11	122.01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	39	0,53	2,67	2,27	38
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	2,96	4,41	7,02	89,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94	228,97
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		566.00	14.38	26.90	45.42	497.12
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	19	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		199.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	131	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	18	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		369.00	15.44	16.03	40.41	384.30
Итого за день		1756.00	44.31	58.63	182.21	1471.07