

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____()

29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	201	5,1	5,5	26,1	172,6
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	199	0,89	1,11	12,68	48,96
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ диета гр 3-2,11	180	2,77	5,54	23,4	155,08
Итого за завтрак 1		613,00	10,91	16,65	80,22	497,44
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	57	0,8	4	3,4	57
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	137	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	9,45	13,41	0	166,47
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ диета гр 3,4-2,8-2,11-2	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) диета гр 3,4-2	80	4,02	28,65	0	245,51
	РИС ОТВАРНОЙ диета гр 3,8	150	3	3,3	34,05	173,7
Итого за обед		1154,00	30,48	65,51	127,96	1167,82
Полдник	КЕФИР	168	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11	243
	ПЕЧЕНЬЕ б/гл гр 3-3,4-2,8-3,11-2	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		267,00	10,65	9,77	61,92	401,24
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	161	13,01	11,86	31,53	310,73
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	ПЛОВ С МЯСОМ диета гр 3-3,4-2,8-2,11,2	200	27,06	22,66	47,59	502,66
	БАТОН	6	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за ужин 1		576,00	43,72	37,09	117,58	932,03
Итого за день		2715,00	96,16	129,42	397,48	3045,53

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ ()

29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	151	3,61	3,79	21,34	127,76
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
	БАТОН	21	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ диета гр 2	150	2,31	4,62	19,5	129,23
Итого за завтрак 1		506.00	8.27	13.81	65.15	398.05
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	38	0,53	2,67	2,27	38
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		588.00	15.05	17.13	64.94	502.21
Полдник	КЕФИР	152	5,39	0,18	7,19	55,75
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	49	3,31	6,84	21,51	173,57
	ПЕЧЕНЬЕ б/гл гр 2	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		221.00	8.72	7.02	44.58	293.52
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	131	10,57	9,64	25,63	252,57
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	ПЛОВ С МЯСОМ диета гр 2	160	21,65	18,13	38,07	402,13
	БАТОН	6	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за ужин 1		506.00	35.87	30.34	102.16	773.34
Итого за день		1919.00	68.31	68.70	286.13	2011.77

на 30.01.2025