

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)
26.07.2024
Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2024						
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
Итого за завтрак 1		430,00	9,62	12,40	54,16	366,66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,09	6,48	95,6
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	Итого за обед		700,00	25,40	49,00	56,75
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАРАНКА	40	3,4	0,6	32,16	104
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		260,00	10,20	5,70	51,74	256,40
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	37	2,22	0,37	18,98	88,06
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		457,00	18,58	19,49	72,44	467,37
Итого за день		2052,00	64,80	86,79	254,89	1941,19

Исполнитель: Диететр ИИ (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: О (Окуленко Ольга Владимировна)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)
26.07.2024
Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2024						
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)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,15	4,95	6,12	90,45
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,17	2,32	12,18	79,18
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
	Итого за обед		575,00	19,89	37,59	45,14
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАРАНКА	40	3,4	0,6	32,16	104
Итого за полдник		220,00	8,44	5,01	40,53	198,32
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		380,00	17,60	18,37	63,59	416,47
Итого за день		1738,00	55,06	71,88	214,08	1608,53

Исполнитель: Диететр ИИ (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: О (Окуленко Ольга Владимировна)