

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	Итого за завтрак 1		430,00	6,94	11,62	45,03
Завтрак 2	ЯБЛОКО	136	0,54	0,54	13,33	63,92
Итого за завтрак 2		136,00	0,54	0,54	13,33	63,92
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	61	1	5,07	3,03	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		701,00	17,26	30,20	66,39	619,06
Полдник	СНЕЖОК	199	5,6	5	22	154
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	Итого за полдник		249,00	8,57	6,60	54,78
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	60	1,32	0,24	6,7	34,8
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	29	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
	Итого за ужин 1		469,00	13,77	10,96	53,31
Итого за день		1990,00	47,08	59,92	232,84	1788,04

Исполнитель: Диетсестра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Губина Екатерина Игоревна)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 1		360,00	5,59	9,82	38,46
Завтрак 2	ЯБЛОКО	136	0,54	0,54	13,33	63,92
Итого за завтрак 2		136,00	0,54	0,54	13,33	63,92
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	41	0,67	3,38	2,02	38
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,47
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
	Итого за обед		591,00	15,14	27,28	54,54
Полдник	СНЕЖОК	179	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	Итого за полдник		209,00	6,81	5,90	42,30
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	40	0,88	0,16	4,47	23,2
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	Итого за ужин 1		394,00	13,02	10,83	45,97
Итого за день		1693,00	41,10	54,37	194,60	1459,74

Исполнитель: Диетсестра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Губина Екатерина Игоревна)