

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)  
№ 79  
123.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>24.01.2025</b>						
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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360,00	8,47	12,25	43,79	319,29
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	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	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		570,00	11,60	20,02	49,98	442,00
Полдник	СНЕЖОК	180	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,06	4,50	35,68	202,80
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	Итого за ужин 1		380,00	14,33	13,68	42,95
Итого за день		1713,00	40,46	50,85	192,20	1397,00

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)  
№ 79  
123.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>24.01.2025</b>						
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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430,00	10,14	14,32	50,95	373,25
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	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	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		700,00	14,85	25,66	65,32	568,91
Полдник	СНЕЖОК	200	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		220,00	5,62	5,00	37,88	218,20
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за ужин 1		455,00	13,37	12,76	49,32
Итого за день		2010,00	44,98	57,94	223,27	1625,09

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