

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Чурина Ирина Юрьевна)
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		330,00	5,85	8,11	38,42	250,65
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		595,00	15,39	19,93	76,36	532,19
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210,00	6,99	5,90	42,30	250,20
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	9,46	9,1	4,63	151,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		395,00	11,78	11,49	22,55	254,02
Итого за день		1628,00	40,41	45,83	188,93	1331,71
Среднее значение за период		1628,00	40,41	45,83	188,93	1331,71

Исполнитель: Медсестра МН (Меркушева Наталья Витальевна)
 Шеф-повар: ЛМ (Бушмелева Лариса Леонидовна)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Чурина Ирина Юрьевна)
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	169	5,74	4,96	24,26	165,63
	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	39,22
Итого за завтрак 1		399,00	7,29	9,36	46,94	301,85
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 ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	76	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	Итого за обед		726,00	19,86	26,28	96,83
Полдник	ЙОГУРТ	186	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		216,00	7,57	6,40	44,50	265,80
Ужин 1	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	193	12,61	12,13	6,17	202,21
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		469,00	15,89	15,67	31,75	349,39
Итого за день		2015,00	51,61	57,91	239,82	1672,22
Среднее значение за период		2015,00	51,61	57,91	239,82	1672,22

Исполнитель: Медсестра МН (Меркушева Наталья Витальевна)
 Шеф-повар: ЛС (Бушмелева Лариса Леонидовна)