



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углев	
03.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	31	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		358.00	9.50	9.78	41.93	291.07
Завтрак 2	ГРУША	128	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		128.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,06	1,6	27,86
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	167	4,61	3,24	13,39	101,52
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	146	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ИЗЮМОМ	150	0,29	0,07	14,63	58,56
Итого за обед		530.00	14.67	21.19	52.70	459.05
Полдник	ЙОГУРТ	162	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		212.00	8.50	10.66	47.53	319.32
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,36	0	0,98	5,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	63	1,89	2,06	1,71	69,43
	БАТОН	25	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		398.00	5.94	5.59	42.72	258.76
Итого за день		1629.00	38.99	47.53	195.1	1375.2

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

03.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углево	
03.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	31	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		424.00	12.29	13.23	48.11	358.40
Завтрак 2	ГРУША	128	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		128.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4	41,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	186	5,12	3,6	14,88	112,8
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	195	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ИЗЮМОМ	180	0,35	0,09	17,56	70,27
Итого за обед		676.00	19.53	27.94	74.30	619.01
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		250.00	10.39	13.62	60.82	406.49
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	85	2,51	2,74	2,29	92,57
	БАТОН	44	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		519.00	8.22	7.35	58.58	357.85
Итого за день		2002.00	50.81	62.45	252.12	1788.75

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()