



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |        | Эн.ценн ость |
|-----------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------|--------------|
|                       |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углево |              |
| 13.05.2024            |                                    |           |                  |       |        |              |
| Завтрак 1             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА               | 130       | 12,68            | 12,2  | 18,69  | 247,31       |
|                       | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)            | 30        | 0,6              | 1,87  | 1,99   | 27,05        |
|                       | 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    |                                    | 370.00    | 17.71            | 20.90 | 47.71  | 461.99       |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)            | 200       | 1                | 0,2   | 19,8   | 86           |
|                       | ЯБЛОКО                             | 146       | 0,55             | 0,55  | 12,81  | 61,5         |
| Итого за завтрак 2    |                                    | 346.00    | 1.55             | 0.75  | 32.61  | 147.50       |
| На весь день          | Соль йодированная                  | 3         | 0                | 0     | 0      | 0            |
| Итого за на весь день |                                    | 3.00      |                  |       |        |              |
| Обед                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ   | 38        | 1,43             | 4,03  | 3,11   | 54,12        |
|                       | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ                   | 180       | 4,25             | 1,87  | 18,22  | 107,28       |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                    | 118       | 2,6              | 2,46  | 10,13  | 77,26        |
|                       | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ | 60        | 8,57             | 19,78 | 4,81   | 215,08       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 38        | 2,28             | 0,41  | 16,74  | 80,96        |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                   | 150       | 0,08             | 0     | 7,92   | 32,21        |
| Итого за обед         |                                    | 584.00    | 19.21            | 28.55 | 60.93  | 566.91       |
| Полдник               | МОЛОКО                             | 180       | 5,04             | 4,41  | 8,37   | 94,32        |
|                       | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                | 69        | 6,89             | 9,91  | 31,97  | 254,13       |
| Итого за полдник      |                                    | 249.00    | 11.93            | 14.32 | 40.34  | 348.45       |
| Ужин 1                | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 150       | 2,71             | 2,9   | 15,22  | 98,98        |
|                       | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ                   | 69        | 12,33            | 11,77 | 8,6    | 189,64       |
|                       | 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       |                                    | 399.00    | 17.51            | 15.80 | 48.75  | 396.74       |
| Итого за день         |                                    | 1951.00   | 67.91            | 80.32 | 230.34 | 1921.59      |

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)  
 13,05,2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |        | Эн.ценность |
|-----------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------|-------------|
|                       |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углево |             |
| 13.05.2024            |                                    |           |                  |       |        |             |
| Завтрак 1             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА               | 150       | 12,88            | 11,75 | 20,25  | 253,88      |
|                       | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)            | 50        | 1                | 3,12  | 3,32   | 45,08       |
|                       | 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    | 18.63            | 21.97 | 52.17  | 496.66      |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)            | 200       | 1                | 0,2   | 19,8   | 86          |
|                       | ЯБЛОКО                             | 147       | 0,52             | 0,52  | 12,75  | 61,14       |
| Итого за завтрак 2    |                                    | 347.00    | 1.52             | 0.72  | 32.55  | 147.14      |
| На весь день          | Соль йодированная                  | 5         | 0                | 0     | 0      | 0           |
| Итого за на весь день |                                    | 5.00      |                  |       |        |             |
| Обед                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ   | 59        | 2,14             | 6,05  | 4,66   | 81,18       |
|                       | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ                   | 200       | 4,72             | 2,08  | 20,24  | 119,2       |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                    | 148       | 3,25             | 3,08  | 12,67  | 96,58       |
|                       | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ | 80        | 11,43            | 26,37 | 6,42   | 286,78      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 48        | 2,88             | 0,41  | 22,83  | 100,8       |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                   | 180       | 0,1              | 0     | 9,5    | 38,65       |
| Итого за обед         |                                    | 715.00    | 24.52            | 37.99 | 76.32  | 723.19      |
| Полдник               | МОЛОКО                             | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3    | 104,8       |
|                       | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                | 70        | 6,89             | 9,91  | 31,97  | 254,13      |
| Итого за полдник      |                                    | 270.00    | 12.49            | 14.81 | 41.27  | 358.93      |
| Ужин 1                | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 200       | 3,61             | 3,87  | 20,29  | 131,97      |
|                       | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ                   | 92        | 16,44            | 15,7  | 11,46  | 252,85      |
|                       | 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       |                                    | 509.00    | 23.07            | 20.94 | 62.14  | 516.94      |
| Итого за день         |                                    | 2276.00   | 80.23            | 96.43 | 264.45 | 2242.86     |

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)