



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево	
19.11.2024						
Завтрак 1	КАША ВЯЗКАЯ С МОРКОВЬЮ	144	6,92	6,77	39,46	247,68
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	9	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		357.00	13.61	12.43	66.44	434.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,85	42,79
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.85	42.79
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ ЯСЛИ	180	3,78	4,82	11,18	110,92
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,3	0,33	18,04	80,36
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	141	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		582.00	14.94	16.46	75.94	528.49
Полдник	МОЛОКО	134	4,2	3,68	6,98	78,6
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	47	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		181.00	6.88	4.69	45.21	221.96
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	19	0,64	0,12	3,27	16,95
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	118	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	40	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		416.00	7.67	6.37	32.29	246.73
Итого за день		1639.00	43.60	40.05	229.73	1474.30

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



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
19.11.2024						
Завтрак 1	КАША ВЯЗКАЯ С МОРКОВЬЮ	192	9,23	9,03	52,61	330,24
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	189	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		428.00	16.93	15.85	81.16	537.91
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,85	42,79
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.85	42.79
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ САД	200	4,2	5,36	12,42	123,24
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,86	0,41	22,64	99,96
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	169	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		710.00	18.73	21.05	93.90	660.59
Полдник	МОЛОКО	179	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	67	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		246.00	9.35	6.31	62.82	305.51
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	20	0,65	0,12	3,31	17,19
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	41	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		487.00	9.41	8.47	35.72	319.28
Итого за день		1976.00	54.92	51.78	283.45	1866.08

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