



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углево	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	30	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		435.00	14.36	15.68	54.95	420.48
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	136	1,16	0,26	10,59	56,23
Итого за завтрак 2		136.00	1.16	0.26	10.59	56.23
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	198	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	148	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	80	9,94	13,86	1,1	221,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,88	0,41	22,83	100,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		714.00	18.95	24.87	78.62	638.90
Полдник	ЙОГУРТ	184	5,8	5	22	156
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		234.00	9.00	7.66	47.72	302.29
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	43	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		473.00	9.64	11.59	70.18	427.69
Итого за день		1997.00	53.11	60.06	262.06	1845.59

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ ( )  
20.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150	4,25	3,96	24,42	149,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	30	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		405.00	13.76	15.15	51.75	400.41
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	136	1,16	0,26	10,59	56,23
Итого за завтрак 2		136.00	1.16	0.26	10.59	56.23
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	178	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	118	2,46	3,33	22,12	105,48
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	60	7,09	7,3	2,5	121,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,28	0,33	18,08	79,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		584.00	14.36	16.06	65.48	455.10
Полдник	ЙОГУРТ	164	5,22	4,5	19,8	140,4
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		214.00	8.42	7.16	45.52	286.69
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	5,42	8,41	35,66	242,75
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		410.00	7.23	8.69	53.15	322.97
Итого за день		1752.00	44.93	47.32	226.49	1521.40

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