



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углево	
20.11.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	178	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	36	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	184	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		403.00	9.75	12.05	47.17	335.40
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ САД	191	4,53	4,01	19,2	127,46
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ	80	3,11	2,13	4,97	70,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,88	0,41	22,83	100,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		709.00	14.53	15.56	83.00	565.92
Полдник	МОЛОКО	168	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		223.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ	113	9,27	9,19	20,45	199,68
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	27	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	36	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		356.00	11.78	11.39	37.90	298.95
Итого за день		1796.00	45.31	46.87	228.42	1553.3

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



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углевод	
20.11.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	134	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	36	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	165	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		340.00	8.26	10.56	41.60	293.88
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ ЯСЛИ	172	4,08	3,61	17,28	114,71
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	2,33	1,6	3,73	52,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,36	0,34	18,58	82,76
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		580.00	11.90	12.15	67.85	456.62
Полдник	МОЛОКО	151	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		181.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ	113	9,27	9,19	20,45	199,68
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	27	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	36	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		356.00	11.78	11.39	37.90	298.95
Итого за день		1555.00	39.15	40.31	187.52	1298.2

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()