

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
05.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.02.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	208	5,29	5,72	27,14	179,5
	БАТОН	39	3,05	0,4	20,52	104,79
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		452.00	11.29	12.77	62.58	420.59
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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	59	0,74	4,55	3,74	60,99
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	КНЕЛИ ИЗ КУР ПАРОВЫЕ	80	13,5	6,82	3,79	130,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		717.00	27.18	23.25	58.39	572.11
Полдник	КЕФИР	183	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	70	2,9	3,3	43,8	223
Итого за полдник		254.00	8.89	3.50	51.79	284.94
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	БАТОН	35	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		393.00	9.05	9.45	56.19	346.89
Итого за день		1921.00	56.81	49.37	238.75	1671.53

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.02.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	29	2,29	0,3	15,39	78,59
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		334.00	8.12	10.12	47.93	317.95
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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	39	0,49	3,03	2,49	40,66
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КНЕЛИ ИЗ КУР ПАРОВЫЕ	60	10,13	5,12	2,84	97,79
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		587.00	21.62	18.57	47.23	459.07
Полдник	КЕФИР	165	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	50	2,07	2,36	31,29	159,29
Итого за полдник		216.00	7.46	2.54	38.48	215.04
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	БАТОН	28	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		327.00	7.82	7.87	46.38	291.88
Итого за день		1562.00	45.42	39.50	189.32	1328.59

Исполнитель: Заведующий складом (Шихова О. Н.)
Шеф-повар: (Очагова А. А.)