



Е.А. Воронцова

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		547,00	9,39	12,53	56,42	374,54
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,22
Итого за завтрак 2		295,00	0,40	0,40	19,08	83,87
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ,	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	179	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	59	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		587,00	18,41	20,72	62,32	521,17
Полдник	КЕФИР	168	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		198,00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	149	5,42	8,41	35,66	242,75
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	60	5,92	5,92	2,39	102
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,09	0,2	8,02	38,79
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		583,00	17,03	18,47	91,58	619,28
Итого за день		2213,00	52,39	53,70	259,09	1764,41

Исполнитель: Билал ()
Шеф-повар: Кокор ()



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
15.05.2024

Е.А. Воронкова

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность б
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		670.00	14.23	15.80	88.22	555.73
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		300.00	0.40	0.40	19.58	86.21
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ,	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	8,15	7,71	11,96	156,03
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,56	0,22	12,4	54,74
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		906.00	32.35	49.73	80.84	928.61
Полдник	КЕФИР	187	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		437.00	9.82	5.56	48.79	288.95
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55	323,67
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	80	7,89	7,89	3,19	136
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	27	1,67	0,28	14,29	66,15
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		725.00	21.83	24.14	115.80	790.28
Итого за день		3043.00	78.63	95.63	353.23	2649.78

Исполнитель: Бижан
Шеф-повар: Кокор