

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *С.М.*
 10.01.2025



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	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
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		540.00	8.13	10.71	53.82	344.42
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.90	43.00
Обед	САЛАТ "МОЗАИКА"	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		573.00	20.27	35.52	56.61	622.39
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		373.00	5.05	4.41	29.08	177.77
Ужин 1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	120	9,76	8,9	23,66	233,14
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		480.00	20.52	26.92	65.20	595.77
Итого за день		2069.00	54.47	77.66	214.61	1783.35

Исполнитель: *Борисова* ()
 Шеф-повар: *Колуп* ()



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	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
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		540.00	8.13	10.71	53.82	344.42
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.90	43.00
Обед	САЛАТ "МОЗАИКА"	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		573.00	20.27	35.52	56.61	622.39
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		373.00	5.05	4.41	29.08	177.77
Ужин 1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	120	9,76	8,9	23,66	233,14
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		480.00	20.52	26.92	65.20	595.77
Итого за день		2069.00	54.47	77.66	214.61	1783.35

Исполнитель: Тарасова ()
Шеф-повар: Кашин ()