

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *[Подпись]*
 27.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.01.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	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		667,00	14,87	12,54	88,17	529,18
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	181	0,9	0,18	17,81	77,4
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 2		361,00	0,90	0,18	26,61	112,69
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ,	60	0,8	3,9	4	55,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	79	9,2	8,7	13,5	176,09
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	80	7,89	7,89	3,19	136
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
Итого за обед		1118,00	32,24	35,90	136,37	1037,78
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		390,00	5,42	0,18	39,81	187,34
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	24	1,48	0,25	12,7	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		693,00	18,62	39,87	63,82	738,07
Итого за день		3234,00	72,05	88,67	354,78	2605,06

Исполнитель: *[Подпись]* ()
 Шеф-повар: *[Подпись]* ()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

27.12.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.01.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		541.00	9.34	8.38	56.37	337.04
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.89	43.00
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ,	40	0,44	2,58	2,3	35,02
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	59	6,55	6,33	10,56	121,53
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		618.00	17.23	19.27	81.49	576.76
Полдник	КЕФИР	150	4,49	0,15	5,99	46,46
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	150	0	0	7,33	29,42
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
Итого за полдник		314.00	4.50	0.15	24.44	120.82
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	3,84	14	15,32	242,26
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	24	1,48	0,25	12,7	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		408.00	6.93	14.53	40.95	362.82
Итого за день		1984.00	38.50	42.43	213.14	1440.44

Исполнитель: Полковник ()

Шеф-повар: Александр ()