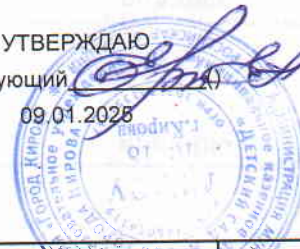


УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий

09.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ диета	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	25	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		855.00	17.38	20.04	110.86	693.02
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	181	0,9	0,18	17,83	77,44
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 2		361.00	0.90	0.18	26.63	112.73
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	50	0,49	0,04	7,3	29,71
	УХА РЫБАЦКАЯ	200	7,92	3,92	10,8	113,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		660.00	18.64	24.80	65.81	573.58
Полдник	МОЛОКО	178	5,03	4,41	8,36	94,21
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	70	5,04	4,2	38,08	212,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		448.00	12.13	12.57	63.76	420.30
Ужин 1	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	41	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		604.00	22.82	35.05	56.50	659.34
Итого за день		2933.00	71.87	92.64	323.56	2458.97

Исполнитель: Быкова ( )  
Шеф-повар: Конор ( )

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
09.01.2025



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	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	8.47	12.25	52.59	354.59
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		104.00	0.50	0.10	9.90	43.00
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	30	0,29	0,02	4,38	17,82
	УХА РЫБАЦКАЯ	180	7,13	3,53	9,72	102,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	2,87	10,45	93,37
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		550.00	15.38	19.69	51.75	459.61
Полдник	МОЛОКО	148	4,19	3,67	6,96	78,42
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	150	0	0	7,33	29,42
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		348.00	7.79	6.67	41.49	259.84
Ужин 1	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		498.00	18.79	27.59	49.40	542.86
Итого за день		2043.00	50.93	66.30	205.13	1659.90

Исполнитель: Васкова ( )  
Шеф-повар: Кочер ( )