

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Зыкова Елена
Александровна)
17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	50	3,82	0,5	25,66	130,98
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		453.00	11.93	12.65	66.97	438.14
Завтрак 2	ЯБЛОКО	158	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		158.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	18,27	21,24	7,57	297,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		720.00	30.38	32.42	68.86	701.27
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	39	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		238.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	34	1,32	0,24	6,7	34,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		440.00	31.16	16.30	61.76	519.36
Итого за день		2014.00	83.12	69.64	267.74	2058.87

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Титкина Вера Витальевна)

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Зыкова Елена
Александровна)
17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	179	4,37	4,77	22,99	151,98
	БАТОН	31	2,28	0,3	15,3	78,08
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		394.00	9.58	11.65	52.46	358.14
Завтрак 2	ЯБЛОКО	128	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		128.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,59	2,67	2,67	38,73
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,97	83,7
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	13,7	15,93	5,68	222,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,18	0,4	16,07	77,77
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		631.00	24.00	24.91	58.28	563.23
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	41	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		240.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	39	0,89	0,16	4,51	23,4
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	128	22,62	10,86	22,46	279,71
	СОУС СМЕТАННЫЙ	31	0,36	1,31	1,37	22,95
	БАТОН	31	2,31	0,3	15,52	79,23
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		408.00	26.98	13.63	55.27	449.35
Итого за день		1804.00	70.21	58.46	236.16	1770.82

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Титкина Вера Витальевна)