

УТВЕРЖДАЮ

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	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	19	1,22	0,2	10,46	48,45
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		353.00	7.85	10.66	42.63	298.07
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	115	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		295.00	0.97	0.25	21.24	95.73
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		33.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	2,02	2,95	3,46	46,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	59	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		670.00	17.15	30.90	48.75	600.52
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПАСТИЛА	33	0,1	0	16,16	62
Итого за полдник		213.00	5.14	4.41	24.53	156.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	19	1,22	0,2	10,46	48,45
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		514.00	30.73	18.46	66.28	560.95
Итого за день		2078.00	64.21	65.10	228.00	1823.19

Исполнитель: Кладовщик _____ (Торощина Юлия Сергеевна)

Шеф-повар: _____ (Шулятьева Лариса Валериевна)

УТВЕРЖДАЮ

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	28	1,75	0,29	14,99	69,42
	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		582.00	13.45	17.00	93.69	580.92
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	121	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		321.00	1.09	0.30	23.61	106.50
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	62	2,14	6,05	4,66	81,18
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	200	1,79	3,28	3,07	41,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		1121.00	27.78	53.92	108.52	1080.14
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	27	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		227.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	144	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	27	1,75	0,29	14,97	69,47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		633.00	34.94	23.20	84.71	705.47
Итого за день		2919.00	85.26	99.74	368.22	2785.73

Исполнитель: Кладовщик _____ (Торощина Юлия Сергеевна)

Шеф-повар: _____ (Шулятьева Лариса Валериевна)