

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Фетищева Е.Л.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества *			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		400.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Завтрак 2	ЯБЛОКО	75	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		75.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	181	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		641.00	9.81	16.80	54.73	464.51
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		209.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	131	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		396.00	25.85	16.29	46.11	436.16
Итого за день		1724.00	54.17	52.77	181.66	1480.72

Исполнитель: Медсестра _____ (Ситникова Н.А.)
Шеф-повар: _____

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Фетищева Е.Л.)

14.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		470.00	14.53	16.36	44.90	386.30
Завтрак 2	ЯБЛОКО	79	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		79.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	201	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35,33	1,98	0,28	15,69	69,25
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		776.33	13.76	21.48	70.61
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		229.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	152	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	32	1,92	0,32	16,45	76,16
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		474.00	30.07	19.03	56.88	521.27
Итого за день		2033.33	64.39	62.17	215.31	1766.91

Исполнитель: Медсестра Сф (Ситникова Н.А.)
Шеф-повар: _____ ()