

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Халявина И. В.)

15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд. Категория: Ясли Серенко К.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
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
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		360,00	7,69	10,33	38,28	280,27
Завтрак 2	ЯБЛОКО	170	0,68	0,68	16,59	79,58
Итого за завтрак 2			1,68	0,88	36,39	165,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0	0,64	5,28
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,36	2,94	2,76	39,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		645,00	13,87	11,47	73,72	494,63
Полдник	ЙОГУРТ	176	5,22	4,5	19,8	140,4
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		226,00	8,53	11,34	41,31	313,97
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	35	1,05	0,11	2,34	14
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		566,00	13,19	10,84	52,02	376,38
Итого за день		2137,00	44,96	44,86	241,72	1630,83

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: Сад Мамаева М.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Халявина И. В.)
15.05.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		790.00	16.99	19.64	97.38	637.29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	188	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		188.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		790.00	20.64	26.26	89.35	679.97
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		445.00	10.43	14.57	60.91	434.30
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	1,8	0,2	4	24
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		592.00	17.48	15.68	84.67	563.78
Итого за день		2810.00	66.54	76.35	352.11	2401.34

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)