

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____
 (Наумова Алина Геннадьевна)
 19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12.68	12.2	18.69	247.31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.36	1.32	1.37	23.1
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за завтрак 1		370.00	14.70	17.95	33.00	368.23
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0.48	2.07	3.77	35.64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	176	3.17	3.65	7.99	87.77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.09	4.11	22.37	83.41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	50	4.9	2.89	0.4	84.66
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.24	0.32	17.76	78.4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.46	0	11.88	50.67
Итого за обед		626.00	14.58	14.18	66.27	440.77
Полдник	КЕФИР	179	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		199.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2.53	3.13	11.4	101.86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	10.08	3.66	2.67	87
	БАТОН	35	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		393.00	14.75	7.14	41.21	308.94
Итого за день		1791.00	50.44	39.65	183.35	1323.89
Среднее значение за период		1791.00	50.44	39.65	183.35	1323.89

Исполнитель: Кладовщик _____ (Марчукайтис М.В.)
 Шеф-повар: _____ (Быданцева О.М.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____
 (Наумова Алина Геннадьевна)
 19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12.88	11.75	20.25	253.88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0.6	2.2	2.3	38.5
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за завтрак 1		420.00	15.74	18.48	40.63	414.00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		198.00	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	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0.72	3.1	5.65	53.47
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	196	3.52	4.05	8.88	97.52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4.22	5.61	30.5	113.74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	9.45	13.41	0	166.47
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5	33.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.4	22.2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.51	0	13.2	56.3
Итого за обед		776.00	21.62	28.47	83.93	619.20
Полдник	КЕФИР	199	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		219.00	6.01	0.20	23.87	126.14
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.25	127.33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13.44	4.88	3.56	116
	БАТОН	44	3.44	0.45	23.09	117.89
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		452.00	20.09	9.25	50.05	398.00
Итого за день		2070.00	64.46	56.60	218.28	1643.34
Среднее значение за период		2070.00	64.46	56.60	218.28	1643.34

Исполнитель: Кладовщик _____ (Марчукайтис М.В.)
 Шеф-повар: _____ (Быданцева О.М.)