

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *Е.В.* (Парухина Е.В.)
 13.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	143	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		357.00	6.73	7.06	38.15	243.26
Завтрак 2	ЯБЛОКО	129	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		129.00	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 МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		605.00	13.72	15.68	78.81	455.31
Полдник	КЕФИР	175	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		225.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	117	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	2,65	1,71	3,77	48,17
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		389.00	8.77	12.81	38.91	328.19
Итого за день		1708.00	38.29	42.29	200.09	1306.08

Исполнитель: ИО заведующего _____ (Парухина Е.В.)

Шеф-повар: _____ ()

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Парухина Е.В.)
 13.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	192	4,54	5,95	22,15	160,11
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3,01	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		411.00	9.05	10.07	43.80	302.38
Завтрак 2	ЯБЛОКО	164	0,51	0,51	11,82	56,76
Итого за завтрак 2		164.00	0.51	0.51	11.82	56.76
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,76	0,25	13,83	61,6
	БАТОН	36	2,06	0,34	17,62	81,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		727.00	18.70	20.78	105.06	604.99
Полдник	КЕФИР	194	5,98	0,2	7,97	61,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		264.00	10.57	8.82	46.79	312.29
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,19	133,06
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	147	3,21	3,97	14,45	129,08
	РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ	80	3,53	2,28	5,03	64,23
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		488.00	11.28	18.09	46.15	421.95
Итого за день		2057.00	50.11	58.27	253.62	1698.37

Исполнитель: ИО заведующего _____ (Парухина Е.В.)

Шеф-повар: _____ 0