

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углево	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за завтрак 1		463.00	11.39	11.38	60.38	374.43
Завтрак 2	СОК	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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ЦИ	60	1,6	3	3,79	49
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	12,61	12,13	6,17	202,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
	Итого за обед		710.00	19.53	18.91	51.83
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	39	2,3	1,82	29,25	142,74
Итого за полдник		239.00	8.29	2.02	37.24	204.68
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С	60	0,89	4	4	58,09
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И	180	0,04	0	9,15	36,78
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
Итого за ужин 1		550.00	10.69	15.80	73.87	428.72
Итого за день		2167.00	50.90	48.31	243.12	1561.74
Среднее значение за период		2167.00	50.90	48.31	243.12	1561.74

Исполнитель: Медсестра _____ (Фесан М.В)
 Шеф-повар: _____ (Лазарева Е.В)



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за завтрак 1		350.00	8.76	8.64	46.57	287.69
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 ИЗ ЗЕЛЕНОГО	40	1,07	2	2,53	32,67
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	9,46	9,1	4,63	151,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		560.00	15.01	14.45	40.13	360.04
Полдник	КЕФИР	150	4,49	0,15	5,99	46,46
	ПРЯНИКИ	39	2,3	1,82	29,25	142,74
Итого за полдник		189.00	6.79	1.97	35.24	189.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И	150	0,03	0	7,63	30,65
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
Итого за ужин 1		420.00	7.62	11.20	55.41	290.40
Итого за день		1722.00	39.18	36.46	197.15	1213.33
Среднее значение за период		1722.00	39.18	36.46	197.15	1213.33

Исполнитель: Медсестра _____ (Фесан М.В)

Шеф-повар: _____ (Лазарева Е.В)