

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()

20 01 2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	139	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	153	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		320,00	9,91	9,78	41,91	297,06
Завтрак 2	ЯБЛОКО	114	0,46	0,46	11,17	53,58
Итого за завтрак 2		114,00	0,46	0,46	11,17	53,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	38	0,64	2,04	3,08	32,96
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		579,00	19,47	16,34	79,44	551,71
Полдник	СНЕЖОК	155	5,05	4,51	19,83	138,78
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,03	0	22,23	89,88
Итого за полдник		183,00	5,08	4,51	42,06	228,66
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	56	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		403,00	8,30	8,52	52,87	315,35
Итого за день		1602,00	43,22	39,61	227,45	1446,36

Исполнитель _____
Шеф-повар: _____ ()

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	186	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	162	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		772,00	21,80	21,21	125,82	784,01
Завтрак 2	ЯБЛОКО	114	0,46	0,46	11,17	53,58
Итого за завтрак 2		114,00	0,46	0,46	11,17	53,58
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	58	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	78	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		773,00	30,33	27,32	100,47	795,26
Полдник	СНЕЖОК	172	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,03	0	22,23	89,88
Итого за полдник		380,00	5,63	5,00	53,03	279,17
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	75	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	30	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		745,00	24,50	33,04	110,52	849,12
Итого за день		2789,00	82,72	87,03	401,01	2761,14

Исполнитель: _____
 Шеф-повар _____ ()