

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (О.Г.Машкина)

## Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>12.02.2025</b>						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ, СЫР	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН	20/20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН	20/20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		385,00	12,49	12,71	40,89	351,25

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (О.Г.Машкина)

## Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>12.02.2025</b>						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ, СЫР	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН	30/25	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН	30/30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ(диета)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за день		2335,0	70,08	102,51	273,97	2354,66