

УТВЕРЖДАЮ
Зам. Зав. (А. О. Попов)

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	95	0,79	0,16	7,28	38,58
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТ. МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАРАНКА	20	1,7	0,3	16,08	52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С ЛУКОМ. СОЛЕН. ОГУРЦОМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		401,00	12,78	14,60	44,47	378,94
Итого за день		1636,00	41,18	55,16	166,72	1346,29

УТВЕРЖДАЮ
Зам. Зав. (А. О. Попов)

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ, СЫР ПОРЦИЯМИ	5/10	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета)	150	6,53	6,53	37,34	233,66
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТ. МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАРАНКА	30	2,55	0,45	24,12	78
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета)	180	0	0	8,8	35,3
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ (диета)	80	7,89	7,89	3,19	136
Итого за ужин 1		686,00	24,89	29,08	90,66	764,68
Итого за день		2401,00	66,00	86,36	200,02	2227,50