

заведующий _____ (Иванова Наталья)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	158	4,53	4,22	26,05	159,98
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	197	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		386,00	11,08	9,55	54,60	349,39
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		298,00	1,40	0,60	29,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	193	2,16	3,44	13,44	93,6
	ПЛОВ С МЯСОМ	182	27,07	22,67	47,59	502,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	197	0,11	0	10,56	42,94
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		680,00	33,12	29,55	99,09	793,51
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	48	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		248,00	8,80	7,56	35,02	251,09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	134	12,88	11,75	20,25	253,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		471,00	18,83	22,30	52,73	508,49
Итого за день		2086,00	73,23	69,56	271,04	2035,48
Среднее значение за период		2086,00	73,23	69,56	271,04	2035,48

Исполнитель: Диетсестра _____ (Костикова Светлана Сергеевна)

Шеф-повар _____ (Волгирева Евдокия Сергеевна)

заведующий: ГВЕРИДЖИНА НАТАЛЬЯ

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	148	4,25	3,96	24,42	149,98
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	148	2,41	2,03	11,81	75,78
Итого за завтрак 1		325.00	9.55	8.03	49.08	307.17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	148	0,75	0,15	14,84	64,5
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		243.00	1.15	0.55	24.14	109.15
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	174	1,94	3,1	12,1	84,24
	ПЛОВ С МЯСОМ	145	21,65	18,13	38,07	402,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	148	0,08	0	7,92	32,21
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		555.00	27.14	23.67	84.29	656.91
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,98	78,6
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	48	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		198.00	7.40	6.34	32.70	224.89
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	117	12,68	12,2	18,69	247,31
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
	СОУС СМЕТАННЫЙ	27	0,36	1,32	1,37	23,1
Итого за ужин 1		377.00	17.10	19.17	43.97	431.65
Итого за день		1701.00	62.34	57.76	234.18	1729.77
Среднее значение за период		1701.00	62.34	57.76	234.18	1729.77

Исполнитель: Диетсестра (Костикова Светлана Сергеевна)
Шеф-повар: (Волгирева Евдокия Сергеевна)