Ямшанова Елена Михайловна

Подписано цифровой подписью: Ямшанова Елена Михайловна
Дата: 2025.06.16 17:26:22 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий Ямшанова Елена Михайловна
16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	4,46	5,4	19,57	145,63
	БАТОН	29	1,81	0,3	15,53	71,9
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		402.00	12.10	12.68	48.62	354.62
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.80	0.80	19.60	94.00
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	0,6	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,3	0,33	18,21	80,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		687.00	21.23	15.74	80.62	548.63
Полдник	ЙОГУРТ	120	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		150.00	5.83	5.00	45.82	252.30
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2.66	3,61	23,96	118.56
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,75	3,07	2,03	76,76
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		399.00	7.24	6.98	50.48	303.15
Итого за день		1841.00	47.20	41.20	245.14	1552.70

Исполнитель: Диетсестра_____(Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар:_____()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ Филиппова Елена
(подпись)
16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	39	3,08	0,51	26,38	122,13
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		432.00	13.87	13.49	61.64	421.03
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	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
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	0	0	0	0
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	47	0,89	4,28	2,85	53,68
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		717.00	23.94	20.33	72.22	573.43
Полдник	ЙОГУРТ	171	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		201.00	5.83	5.00	45.82	252.30
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	22	1,78	0,3	15,22	70,48
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		432.00	8.55	8.56	54.72	346.41
Итого за день		1984.00	52.99	48.18	254.00	1687.17

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ ()