



УТВЕРЖДАЮ
 (Подпись)
 Пениллєна Ірина Іариса
 14.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	48	3,82	0,5	25,66	130,98
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		451.00	11.77	12.25	57.41	394.98
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,1	13,96	57,16
Итого за обед		766.00	13.47	20.66	68.87	600.61
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАРАНКА	33	3,4	0,6	32,16	104
Итого за полдник		232.00	9.00	5.50	41.46	208.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	153	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		451.00	29.95	17.85	53.05	485.42
Итого за день		2105.00	65.19	56.46	240.58	1775.81

Исполнитель: (Вылегжанина Наталия Михайловна)
 Шеф-повар: (Бакалдина Елена Николаевна)



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	179	4,23	4,41	14,39	113,16
	БАТОН	29	2,31	0,3	15,5	79,13
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		392,00	9,47	11,29	44,06	320,37
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	181	3,2	4	7,34	87,51
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,26	13	122,34
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,88	2,06	1,72	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,36	2,94	2,76	39,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,25	0,41	16,61	80,36
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,1	13,96	57,16
Итого за обед		662,00	11,04	15,81	58,47	488,82
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАРАНКА	35	3,4	0,6	32,16	104
Итого за полдник		234,00	9,00	5,50	41,46	208,80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		408,00	26,23	15,16	46,13	421,30
Итого за день		1898,00	56,74	47,96	209,91	1525,29

Исполнитель: Вылегжанина Наталия Михайловна
 Шеф-повар: Бакалдина Елена Николаевна