

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Л.И. Ермолина (Л.И. Ермолина)  
 08.01.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.01.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	120	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	14	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		319.00	4.93	8.83	38.20	251.55
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	35	0,88	0,16	4,47	23,2
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	178	1,64	3,35	6,55	70,45
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,37	4,48	24,4	90,99
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	53	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	11	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		592.00	14.13	14.27	66.59	412.14
Полдник	КЕФИР	94	4,49	0,15	5,99	46,46
	МАРМЕЛАД	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		114.00	4.51	0.15	21.87	110.66
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	ШАРЛОТКА	93	9,82	11,38	23,53	237,12
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	14	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		357.00	13.70	14.03	67.32	376.05
Итого за день		1581.00	38.27	37.48	213.78	1236.40

Исполнитель: Калькулятор Е. С. Курышова (Е. С. Курышова)  
 Шеф-повар: С.П. Ковальченко (С.П. Ковальченко)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Алиса (Л.И. Ермолина)  
 08.01.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.01.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	160	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	14	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		359.00	6.05	10.30	43.70	291.30
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	52	1,32	0,24	6,7	34,8
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	198	1,82	3,73	7,27	78,27
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	72	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		715.00	19.03	18.06	89.75	547.91
Полдник	КЕФИР	125	5,99	0,2	7,99	61,94
	МАРМЕЛАД	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		145.00	6.01	0.20	23.87	126.14
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	ШАРЛОТКА	106	11,33	13,13	27,15	273,6
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	17	1,78	0,3	15,29	70,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		393.00	15.69	15.85	76.30	435.72
Итого за день		1813.00	47.78	44.61	253.42	1487.07

Исполнитель: Калькулятор Алиса (Е. С. Курышова)  
 Шеф-повар: Ковч (С.П.Ковальченко)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Л.И. Ермолина)  
 08.01.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.01.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	149	4,04	5,3	19,75	142,72
	БАТОН	14	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		348.00	5.59	9.70	41.45	275.02
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за на весь день		25.00	1.58	0.28	16.38	74.40
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	45	1,32	0,24	6,7	34,8
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	198	1,82	3,73	7,27	78,27
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	58	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		703.00	15.16	38.82	86.56	657.42
Полдник	КЕФИР	125	5,99	0,2	7,99	61,94
	МАРМЕЛАД	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		145.00	6.01	0.20	23.87	126.14
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	150	3,3	10,21	49,55	304,75
	БАТОН	17	1,78	0,3	15,29	70,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		407.00	5.67	10.56	82.40	446.50
Итого за день		1824.00	35.01	59.76	270.46	1665.48

Исполнитель: Калькулятор \_\_\_\_\_ (Е. С. Курышова)  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (С.П.Ковальченко)