

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Л.И. Ермолина (Л.И. Ермолина)
 18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		409.00	15.74	18.48	44.43	429.50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	64	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		729.00	18.28	20.77	90.15	579.22
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ (6%)	45	1,8	17,79	23,37	260,79
Итого за полдник		282.00	8.85	22.59	82.41	568.89
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	79	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		495.00	21.14	38.30	43.23	588.31
Итого за день		2020.00	64.41	100.54	270.02	2212.92

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ С.Н. Санникова (Т.Н. Бичурина)
 Шеф-повар: С.Н. Санникова (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *Л.И. Ермолина* (Л.И. Ермолина)
 18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	196	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		597.00	20.24	24.38	66.43	588.50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	29.60	133.00
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	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	КУРИЦА ОТВАРНАЯ	80	0	0	0	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		745.00	11.18	19.17	86.25	501.82
Полдник	ЙОГУРТ	189	5,22	4,5	19,8	140,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		426.00	7.05	4.80	67.84	343.40
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	79	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		504.00	21.14	38.30	43.23	588.31
Итого за день		2597.00	62.59	87.53	309.73	2229.43

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ *С.Н. Санникова* (Т.Н. Бичурина)
 Шеф-повар: *С.Н. Санникова* (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *А.И.* (Л.И. Ермолина)
 18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	11,26	10,27	17,7	221,92
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,3	3,61	31,96
	БАТОН	22	1,44	0,24	12,37	57,27
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,04	3,32	0,04	30
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		330.00	13.19	15.16	33.75	341.83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	3,02	4,58	13,6	139,95
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	47	5,21	1,18	2,86	56,84
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,52	2,52	1,68	31,54
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,1	0,16	8,71	38,45
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		563.00	13.69	15.26	70.93	433.93
Полдник	ЙОГУРТ	150	4,35	3,75	16,5	117
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		198.00	5.58	3.95	50.60	260.90
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11,31	23,76	0,66	249,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,1	0,16	8,71	38,45
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,42
Итого за ужин 1		396.00	15.94	28.70	32.71	443.48
Итого за день		1590.00	48.80	63.47	197.79	1527.14

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ *Т.Н. Бичурина* (Т.Н. Бичурина)
 Шеф-повар: *С.Н. Санникова* (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Л.И. Ермолина (Л.И. Ермолина)
 18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Диета ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	11,26	10,27	17,7	221,92
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,3	3,61	31,96
	БАТОН	22	1,44	0,24	12,37	57,27
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,04	3,32	0,04	30
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		330.00	13.19	15.16	33.75	341.83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	3,02	4,58	13,6	139,95
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	47	5,21	1,18	2,86	56,84
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,52	2,52	1,68	31,54
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,1	0,16	8,71	38,45
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		563.00	13.69	15.26	70.93
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		198.00	1.23	0.20	41.43	173.31
Ужин 1	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11,31	23,76	0,66	249,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,1	0,16	8,71	38,45
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,42
Итого за ужин 1		396.00	15.94	28.70	32.71	443.48
Итого за день		1590.00	44.45	59.72	188.62	1439.55

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ Т.Н. Бичурина (Т.Н. Бичурина)
 Шеф-повар: С.Н. Санникова (С. Н. Санникова)