

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Козюлина И.А.)
31.03.25

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3.38	4.43	16.5	119.25
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2.46	2.13	12.64	83.98
Итого за завтрак 1		350	7.39	10.96	42.04	300.23
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	148	0.75	0.15	14.81	64.36
Итого за завтрак 2		148	0.75	0.15	14.81	64.36
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3				
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	40	2.12	6.82	6.23	94.61
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3.31	3.74	14.98	107.28
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.63	3.35	27.37	149.86
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	50	4.93	4.93	1.99	85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		567	15.34	19.32	78.4	562.78
Полдник	ЙОГУРТ	148	4.36	3.76	16.56	117.4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73	178.92
Итого за полдник		198	7.64	9.92	44.29	296.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0.61	2.04	2.75	33.59
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.53	3.13	11.4	101.86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2.59	2.79	2.16	55.7
	БАТОН	29	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		399	7.56	8.26	39.36	293.2
Итого за день		1665	38.68	48.61	218.9	1416.89

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4.5	5.9	22	159
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	14.87	98.8
Итого за завтрак 1		430	8.95	12.8	49.77	354.8
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		198	1	0.2	19.8	86
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3				
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	3.18	10.23	9.34	141.92
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3.68	4.16	16.64	119.2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3.11	3.96	32.35	177.1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	70	6.9	6.9	2.79	119
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2.74	0.5	20.14	97.47
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		686	19.79	25.84	95.22	711.84
Полдник	ЙОГУРТ	197	5.8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73	178.92
Итого за полдник		247	9.08	11.16	49.73	334.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0.89	3.09	4.09	49.79
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.75	3.4	12.35	110.35
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	3.2	3.59	2.36	89.56
	БАТОН	38	2.4	0.4	20.52	95.2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		478	9.28	10.48	48.47	381.68
Итого за день		2042	48.1	60.48	262.99	1869.24

Исполнитель: Медсестра _____ (Перминова Ж.Н.)

Шеф-повар: _____ (Дементьева О.Н.)