

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокоулина И.А.)
20.11.2024

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.11.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4.68	4.57	22.16	118.98
	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		350.00	8.69	11.10	47.70	299.96
Завтрак 2	ЯБЛОКО	125	0.4	0.4	9.3	44.65
Итого за завтрак 2		125.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0.61	2.04	2.75	33.59
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	177	1.94	3.1	12.1	84.24
	АЗУ (СВИНИНА)	159	10.67	19.25	18.32	251.39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2.2	0.4	16.2	78.4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.38	0	9.9	42.23
Итого за обед		563.00	15.80	24.79	59.27	489.85
Полдник	МОЛОКО	176	5.04	4.41	8.37	94.32
	МАРМЕЛАД	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		226.00	5.09	4.41	48.07	254.82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.67	2.73	3	39.27
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2.61	3.33	27.15	148.62
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5.32	1.2	2.93	58.05
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	БАТОН	27	1.8	0.3	15.42	71.4
Итого за ужин 1		436.00	10.75	8.73	50.64	338.38
Итого за день		1703.00	40.73	49.43	214.98	1427.66

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.11.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6.24	6.1	29.55	158.64
	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		630.00	17.67	23.42	82.32	576.82
Завтрак 2	ЯБЛОКО	132	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		132.00	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 СВЕКЛЫ	60	0.89	3.09	4.09	49.79
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	196	2.16	3.44	13.44	93.6
	АЗУ (СВИНИНА)	198	13.33	24.06	22.9	314.1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2.74	0.5	20.14	97.47
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.46	0	11.88	50.67
Итого за обед		680.00	19.58	31.09	72.45	605.63
Полдник	МОЛОКО	196	5.6	4.9	9.3	104.8
	МАРМЕЛАД	40	0.04	0	31.76	128.4
Итого за полдник		292.00	5.87	4.90	97.20	453.50
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4.1	4.5	58.9
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.87	3.66	29.86	163.48
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7.1	1.6	3.9	77.4
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5	33.7
	БАТОН	36	2.4	0.4	20.52	95.2
Итого за ужин 1		515.00	13.88	11.69	62.32	429.50
Итого за день		2254.00	57.40	71.50	324.09	2112.45

Исполнитель: Медсестра _____ (Перминова Ж.Н.)
Шеф-повар: _____ (Дементьева О.Н.)