

СОГЛАСОВАНО

Мед.сестра

Теплякова Ю.В.

22.01.2025г

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ИРМОБУ Д.С.Буралтин

Скляренко Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная вязкая	180	5,38	7,24	21,92	173,41	1
	Чай с молоком	180	1,46	1,44	11,14	61,16	378
	Бутерброд с сыром	40	4,66	6,19	11,88	122,72	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,50	14,87	44,94	357,29	
ЗАВТРАК 2	Сок Вишнево-Яблочный	100	0,00	0,00	11,00	45	390
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,00	45	
ОБЕД	Борщ	180	5,26	6,61	9,13	117,09	81
	Котлеты из говядины (с соусом)	70	8,38	6,92	8,16	129,02	268
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,73	5,02	26,39	169,62	203
	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,41	2,52	0,92	28	21
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,14	0,00	19,10	72,77	349
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	1,35	67,14	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	22,41	21,59	65,53	629,62	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	220	6,16	7,04	10,34	127,6	385
	Зефир	45	0,29	0,00	0,14	145,15	Н
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		265	6,45	7,04	10,48	272,75	
УЖИН	Капуста тушеная с мясом	220	14,43	20,55	15,22	304,83	139.1
	Чай с лимоном	180	0,13	0,00	11,86	47,05	377
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	Н
	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА УЖИН		520	16,08	21,17	37,36	444,86	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1945	56,44	64,67	169,31	1749,52	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1945	56,44	64,67	169,31	1749,52	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1945	56,44	64,67	169,31	1749,52	
Повар: Ахмадуллина Н.С.							

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24 (суббота)							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная вязкая	150	4,49	6,03	18,27	144,51	1
	Бутерброд с сыром	30	3,49	4,64	8,91	92,04	3
	Чай с молоком	150	1,22	1,20	9,29	50,97	378
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	9,20	11,87	36,47	287,52	
ЗАВТРАК 2	Сок Вишнево-Яблочный	100	0,00	0,00	11,00	45	390
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,00	0,00	11,00	45	
ОБЕД	Борщ	150	4,38	5,51	7,61	97,58	81
	Котлеты из говядины (с соусом)	50	5,99	4,95	5,83	92,16	268
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,00	4,25	22,33	143,53	203
	Салат из соленых огурцов с луком	35	0,29	1,76	0,64	19,6	21
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,12	0,00	15,91	60,65	349
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,90	44,76	H
ИТОГО ЗА ОБЕД		515	16,36	16,67	53,22	458,28	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,04	5,76	8,46	104,4	385
	Зефир	35	0,23	0,00	0,11	112,89	H
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		215	5,27	5,76	8,57	217,29	
УЖИН	Капуста тушеная с мясом	180	11,81	16,81	12,46	249,41	139.1
	Чай с лимоном	150	0,11	0,00	9,89	39,21	377
	Фрукты или ягоды свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	338
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	0,48	45,98	H
ИТОГО ЗА УЖИН		445	13,42	17,41	32,14	379,25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1605	44,25	51,71	141,40	1387,34	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1605	44,25	51,71	141,40	1387,34	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1605	44,25	51,71	141,40	1387,34	