

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Грасс* (Бессолицына)

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.02.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	146	4,01	5,38	16,65	130,77
	БАТОН	17	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	2	0,03	2,77	0,03	25
	КАКАО С МОЛОКОМ	178	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		343,00	8,15	10,65	42,91	304,19
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	122	0,6	0,12	11,84	51,43
Итого за завтрак 2		122,00	0,60	0,12	11,84	51,43
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	39	0,49	3,03	2,49	40,66
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	145	2,33	3,04	6,02	62,64
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	118	3,12	4,4	31,28	101,12
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	51	6,55	6,33	10,56	121,53
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		561,00	13,93	18,10	69,17	417,58
Полдник	ЙОГУРТ	166	5,23	4,51	19,85	140,74
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		196,00	5,26	4,51	43,67	237,04
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	39	1,19	0,13	2,64	15,86
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	69	2,21	2,41	2	81,2
	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	114	3,01	3,98	17	115,1
	БАТОН	18	1,11	0,19	9,52	44,1
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	176	0,04	0	9,2	36,95
Итого за ужин 1		416,00	7,56	6,71	40,36	293,21
Итого за день		1641,00	35,50	40,09	207,95	1303,45

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Грасс* (Бессолицына Светлана Николаевна)  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
01.02.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	196	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	2,34	0,39	20,08	92,97
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	197	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		421,00	10,68	14,26	57,35	404,82
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	153	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		153,00	0,75	0,15	14,85	64,50
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	58	0,74	4,54	3,73	61
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	195	3,13	4,09	8,1	84,24
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	147	3,9	5,5	39,1	126,4
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	69	9,2	8,7	13,5	176,09
	ПОДЛИВ	49	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,11	0	10,56	42,95
Итого за обед		758,00	19,16	24,97	91,81	583,18
Полдник	ЙОГУРТ	185	5,83	5,03	22,12	156,85
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	14	1,09	0,18	9,33	43,19
Итого за полдник		229,00	6,95	5,21	55,27	296,34
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	59	1,8	0,2	4	24
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	79	2,53	2,76	2,29	92,97
	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	143	3,76	4,97	21,25	143,88
	БАТОН	22	1,4	0,23	11,99	55,53
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	195	0,04	0	10,14	40,75
Итого за ужин 1		498,00	9,53	8,16	49,67	357,13
Итого за день		2064,00	47,07	52,75	268,95	1705,97