

Заведующий *З. Шесед* (Бессолицына Светлана Николаевна)

УТВЕРЖДАЮ

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
15.05.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	142	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,45	2,07	12,04	77,24
Итого за завтрак 1		320.00	10.37	9.00	43.66	296.83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.85	64.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	37	0,64	2,04	3,08	32,96
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	146	2,68	2,54	4,65	63,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	149	7,91	15,54	12,92	221,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	14	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		511.00	13.55	20.48	47.81	437.35
Полдник	МОЛОКО	162	4,73	4,14	7,85	88,42
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	46	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		208.00	8.04	10.98	29.36	261.99
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	29	0,67	0,12	3,41	17,71
	ОМЛЕТ	128	7,17	8,42	4,26	136,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	16	1,5	0,25	12,85	59,5
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,39	0	10,24	43,69
Итого за ужин 1		339.00	10.85	8.95	39.56	296.52
Итого за день		1531.00	43.56	49.56	175.24	1357.19

Заведующий *З. Шесед* (Бессолицына Светлана Николаевна)

УТВЕРЖДАЮ

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
15.05.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	190	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	23	1,82	0,3	15,56	72,03
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		422.00	14.11	12.60	56.29	394.71
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	56	0,97	3,09	4,66	49,89
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	196	3,67	3,27	6,24	85,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	178	9,5	18,66	15,52	266,24
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	17	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		651.00	17.32	25.51	62.29	558.33
Полдник	МОЛОКО	193	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	65	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		258.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	38	0,88	0,16	4,47	23,2
	ОМЛЕТ	126	7,15	8,4	4,25	136,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	2,1	0,35	17,99	83,3
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,47	0	12,29	52,42
Итого за ужин 1		389.00	12.28	9.15	52.32	353.78
Итого за день		1875.00	54.69	61.86	225.16	1719.12