

Заведующий *Шесед* (Бессолицына Светлана Николаевна)  
 Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	146	6,2	6,87	29,51	205,11
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,51
	БАТОН	19	1,19	0,2	10,17	47,1
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	168	2,72	2,29	13,34	85,54
Итого за завтрак 1		343.00	12.42	12.34	53.02	374.26
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.84	64.50
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	1,61	2,58	10,06	70,04
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	118	2,53	3,13	11,36	101,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	13,44	25,83	10,92	319,23
	БАТОН	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		564.00	21.05	33.98	66.62	661.37
Полдник	МОЛОКО	148	4,2	3,68	6,98	78,6
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	49	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		197.00	7.40	6.34	32.70	224.89
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	144	12,2	11,12	29,57	291,43
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	19	1,19	0,2	10,17	47,1
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		393.00	13.70	11.35	44.38	359.25
Итого за день		1649.00	55.32	64.16	211.56	1684.27

Заведующий *Шесед* (Бессолицына Светлана Николаевна)  
 Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	176	7,42	8,23	35,33	245,57
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	БАТОН	28	1,75	0,29	14,99	69,42
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,11	90,53
Итого за завтрак 1		392.00	14.36	13.93	64.43	442.04
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.84	64.50
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	178	1,94	3,09	12,08	84,15
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	80	17,92	34,44	14,56	425,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		714.00	27.93	45.05	86.97	869.32
Полдник	МОЛОКО	196	5,6	4,91	9,31	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	48	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		244.00	8.80	7.57	35.03	251.09
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	143	12,2	11,12	29,57	291,43
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	27	1,77	0,3	15,18	70,28
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за ужин 1		430.00	14.24	11.45	71.37	470.86
Итого за день		1934.00	66.08	78.15	272.64	2097.81