

Фельдшер

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Орешкова И.В.

17,05,24

Стромилова Н.С.

17,05,24

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Ясли 1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 5</b>						
ЗАВТРАК	Каша ячневая на цельном молоке	130	4,12	5,50	16,68	132,77
	Бутерброд со сливочным маслом	40	2,06	3,94	12,18	87,36
	Чай с молоком и сахаром	180	2,63	2,88	11,21	80,71
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>8,81</b>	<b>12,32</b>	<b>40,07</b>	<b>300,84</b>
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,00	0,00	11,20	44,8
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,20</b>	<b>44,8</b>
ОБЕД	Огурец солёный	30	0,10	0,01	0,20	6,56
	Щи со сметаной	150	7,01	9,40	6,83	140,6
	Котлеты рыбные запеченные	60	24,08	6,61	2,11	163,48
	Напиток из кураги и изюма	150	0,08	0,01	6,67	125,67
	Пюре картофельное	110	3,10	4,39	23,78	147,37
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>36,35</b>	<b>20,78</b>	<b>49,61</b>	<b>635,88</b>
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	90
	Вафли	50	2,25	3,54	22,47	125,13
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>210</b>	<b>6,60</b>	<b>8,34</b>	<b>29,52</b>	<b>215,13</b>
УЖИН	Плов	180	15,08	11,07	43,81	300,16
	Чай с сахаром	180	0,02	0,00	6,98	26,71
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>18,26</b>	<b>11,47</b>	<b>51,63</b>	<b>420,39</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1580</b>	<b>70,02</b>	<b>52,91</b>	<b>182,03</b>	<b>1401,91</b>

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Фельдшер

Орешкова И.В.

17,05,24

Заведующий

Стромилова Н.С.

17,05,24

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 5</b>						
ЗАВТРАК	Каша ячневая на цельном молоке	150	4,76	6,35	19,24	153,19
	Бутерброд со сливочным маслом	50	2,06	3,94	12,18	87,36
	Чай с молоком и сахаром	200	2,92	3,20	12,46	89,68
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>400</b>	<b>9,74</b>	<b>13,49</b>	<b>43,88</b>	<b>330,23</b>
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,00	0,00	11,20	44,8
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,20</b>	<b>44,8</b>
ОБЕД	Огурец солёный	50	0,16	0,02	0,34	2,6
	Щи со сметаной	180	8,41	11,29	8,19	168,71
	Котлеты рыбные запеченные	70	28,10	7,71	2,46	190,72
	Пюре картофельное	130	3,67	5,19	28,11	174,16
	Напиток из кураги и изюма	180	0,09	0,02	8,01	80,8
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>650</b>	<b>43,07</b>	<b>24,71</b>	<b>60,47</b>	<b>686,59</b>
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120
	Вафли	50	1,88	2,95	18,73	104,28
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>7,68</b>	<b>9,35</b>	<b>28,13</b>	<b>224,28</b>
УЖИН	Плов	200	16,76	12,30	48,68	372,98
	Чай с сахаром	200	0,02	0,00	7,76	29,68
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,9
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>20,73</b>	<b>12,80</b>	<b>57,49</b>	<b>519,56</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1850</b>	<b>81,22</b>	<b>60,35</b>	<b>201,17</b>	<b>1805,46</b>