

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.Киреевск

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,08	0	25,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		347,00	16,55	15,93	37,80	377,35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	2,64	3,04	6,66	73,14
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		580,00	13,76	11,78	68,31	380,10
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210,00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		400,00	16,47	28,74	38,58	471,04
Итого за день		1640,00	54,34	58,43	184,18	1441,04
Среднее значение за период		1640,00	54,34	58,43	184,18	1441,04

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.Киреевск

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,22
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		428,00	17,84	16,76	46,95	433,12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		730,00	17,54	15,39	84,34	483,14
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		230,00	7,76	1,60	30,49	171,74
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		510,00	21,43	38,05	49,72	615,74
Итого за день		2003,00	64,97	72,20	221,30	1750,74
Среднее значение за период		2003,00	64,97	72,20	221,30	1750,74