

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)

20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,24	7,82	18,75	166,79
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		365,00	7,89	13,27	45,63	319,75
Завтрак 2	ЯБЛОКО	91	0,38	0,38	8,91	42,77
Итого за завтрак 2		91,00	0,38	0,38	8,91	42,77
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	150	2,78	3,3	4,64	65,63
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		560	28,70	29,56	74,73	682,50
Полдник	СНЕЖОК	145	4,2	3,75	16,5	115,5
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ	50	3,29	2,86	19,14	115,71
Итого за полдник		200,00	7,49	6,61	35,64	231,21
Ужин 1	ГАРНИР ОВОЩНОЙ	120	3,26	3,06	11,4	92,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	2,16	2,33	1,8	46,42
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		380,00	7,26	5,69	37,75	247,46
Итого за день		1579,00	51,72	55,51	202,66	1423,69
Среднее значение за период		1579,00	51,72	55,51	202,66	1423,69

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)

20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,98	10,42	25	222,38
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за завтрак 1		425	10,32	16,08	58,29	404,04
Завтрак 2	ЯБЛОКО	91	0,38	0,38	8,91	42,77
Итого за завтрак 2		91,00	0,38	0,38	8,91	42,77
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	ПЛОВ С МЯСОМ	180	27,07	22,67	47,59	502,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		690,00	36,22	38,73	95,05	875,99
Полдник	СНЕЖОК	182	5,1	4,55	20,02	140,14
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАПУСТОЙ	60	3,94	3,43	22,97	138,86
Итого за полдник		242,00	9,04	7,98	42,99	279,00
Ужин 1	ГАРНИР ОВОЩНОЙ	140	3,81	3,57	13,3	108,34
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	3,2	3,59	2,36	89,56
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		450,00	9,45	7,56	46,35	333,97
Итого за день		1923,00	65,41	70,73	251,59	1835,77
Среднее значение за период		1923,00	65,41	70,73	251,59	1835,77