

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Переславцева С.Л.)

21.01.2025

Менюготавливаемых блюд

Категория: Ясли

ДЕТСКИЙ САД  
№42 г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>22.01.2025</b>						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,82	2,08	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		367,00	9,83	8,49	41,55	281,94
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0	0,64	5,28
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	10,92	8,97	4,59	142,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	16,1	66,7
Итого за обед		610,00	17,87	16,29	57,35	466,12
Полдник	МОЛОКО	145	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85	80,25
Итого за полдник		170	5,07	4,41	28,22	174,57
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	26,15	12,57	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	25	0,3	1,1	3,05	27
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		405	28,95	16,00	51,88	473,16
Итого за день		1760,00	62,47	45,34	193,84	1460,29
Среднее значение за период		1760,00	62,47	45,34	193,84	1460,29

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Переславцева С.Л.)

21.01.2025

Менюготавливаемых блюд

Категория: Сад

ДЕТСКИЙ САД  
№42 г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>22.01.2025</b>						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,22
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		448,00	12,15	10,38	52,26	350,92
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,95	0,19	18,7	81,27
Итого за завтрак 2		180	0,95	0,19	18,70	81,27
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,17	3,29	7,13	66,62
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,26	13	122,32
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		710	25,55	22,41	68,53	597,52
Полдник	МОЛОКО	180	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		206	5,63	4,90	29,94	188,26
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	163	28,42	13,65	28,22	351,44
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	45	0,54	1,98	5,49	48,6
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		488,00	32,36	19,06	65,41	571,86
Итого за день		2076,00	76,64	56,94	234,84	1789,83
Среднее значение за период		2076,00	76,64	56,94	234,84	1789,83