

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	145	5,99	6,64	28,53	198,27
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		380,00	13,31	15,81	58,33	429,30
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	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		610,00	13,53	32,29	66,23	577,06
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	140	3,91	5,6	18,94	169,3
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	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		400,00	6,02	7,83	36,20	268,22
Итого за день		1703,00	40,07	62,14	201,43	1525,70
Среднее значение за период		1703,00	40,07	62,14	201,43	1525,70

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,27	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		465,00	16,51	18,70	75,86	538,38
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,66	4,86	26,43	98,57
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	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	16,99	41,79	79,46	727,01
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		230,00	7,37	6,30	31,80	214,60
Ужин 1	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	4,19	6	20,29	181,39
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		440,00	6,91	8,33	42,69	304,20
Итого за день		1970,00	48,18	75,52	239,61	1831,19
Среднее значение за период		1970,00	48,18	75,52	239,61	1831,19