

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Переславцева С.Л.)

29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

ДЕТСКОМ САД  
№42 Г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>30.01.2025</b>						
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	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	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	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 ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		640,00	14,38	12,48	77,66	429,17
Полдник	КЕФИР	150	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник		184	7,40	1,77	32,69	180,19
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		1754,00	55,55	59,07	201,57	1422,25
Среднее значение за период		1754,00	55,55	59,07	201,57	1422,25

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Переславцева С.Л.)

29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

ДЕТСКОМ САД  
№42 Г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>30.01.2025</b>						
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	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого за завтрак 2		180,00	0,90	0,18	17,82	77,40
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	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	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 ЯБЛОК	200	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		770,00	17,99	15,89	93,42	528,29
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник		214,00	7,40	1,77	32,69	180,19
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		2107,00	65,56	72,65	240,60	1834,74
Среднее значение за период		2107,00	65,56	72,65	240,60	1834,74