

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Попова М.Г.)

21.01.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Попова М.Г.)

21.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Эн.ценн ость	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Эн.ценн ость
			Белки	Жиры					Белки	Жиры	
22.01.2025 ЯСЛИ											
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	119,25	Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	159
	БАТОН	20	1,2	0,2	47,6		БАТОН	27	1,5	0,25	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	36,52		СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	90,63		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	100,7
Итого за завтрак 1		360,00	9,77	10,04	294,00	Итого за завтрак 1		438,00	12,20	12,72	366,67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	86	Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	47		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	47
Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	133,00	Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				Итого за на весь день		5,00			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	61,86	Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	92,79
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,29	4,67	92,52		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,65	5,19	102,8
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	138,96		РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	173,7
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	59	5,89	5,89	101,57		ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	7,89	7,89	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	39,2		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	59,5		БАТОН	38	2,1	0,35	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	47,63		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	57,15
Итого за обед		594,00	15,70	18,89	541,24	Итого за обед		738,00	20,52	24,87	704,54
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	94,32	Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	96,3		ПЕЧЕНЬЕ	32	0,03	0	96,3
Итого за полдник		210,00	5,07	4,41	190,62	Итого за полдник		231,00	5,63	4,90	201,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	40	2	3	46	Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	62	3	4,5	69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	101,86		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,75	3,07	76,76		СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	39,2		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	36,78		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	36,78
Итого за ужин 1		420,00	8,45	9,37	300,60	Итого за ужин 1		501,00	11,55	12,76	394,26
Итого за день		1887,00	40,39	43,31	1459,46	Итого за день		2213,00	51,30	55,85	1799,57
Среднее значение за период		1887,00	40,39	43,31	1459,46	Среднее значение за период		2213,00	51,30	55,85	1799,57

Исполнитель: Кладовщик (Агапитова Л.Л.)
Шеф-повар: (Затева Е.Н.)

Исполнитель: Кладовщик (Агапитова Л.Л.)
Шеф-повар: (Затева Е.Н.)