

4 неделя понедельник ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
день 16						
Завтрак	Каша пшенная на сгущеном молоке с маслом сливочным	160	5,61	6,46	22,61	170,34
	Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	Чай с сахаром	160	0,04	0,01	7,46	29,87
		353	7,96	9,14	45,14	293,70
2 завтрак	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15	64
		150	0,75	0	15,15	64
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного	30	0,9	1,55	1,87	24,4
	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	150/15	4,53	3,15	10,32	88,41
	Котлета "Улыбка"	70	2,8	8,06	5,69	135,22
	Капуста тушеная	120	2,21	4,28	11,31	94,8
	Компот из сушеных фруктов (смесь)	150	0,33	0,01	20,83	84,75
	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,35	14,07	66,55
		570	13,07	17,40	64,09	494,13
Полдник	Манник	75	4,01	4,27	35,77	190,87
	Соус фруктовый	15	0,14	0,01	2,01	8,65
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,1	29
		240,00	4,22	4,29	44,88	228,52
Итого за день		1313,00	26,00	30,83	169,26	1080,35

4 неделя вторник ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
день 17						
Завтрак	Каша жидкая пшеничная с маслом и сахаром	160/3	3,36	3,08	24,32	138,7
	Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	Кофейный напиток с молоком	160	2,53	2,13	12,76	80,85
		360	9,00	9,79	46,78	299,69
2 завтрак	Плоды свежие (апельсин)	95/6	0,83	0,18	13,28	62,84
		101	0,83	0,18	13,28	62,84
Обед	Икра свекольная	30	0,7	1,74	3,7	34,08
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	150/5	6,24	4,74	9,68	108,94
	Шницель рубленый	50	7,78	5,78	7,85	114,38
	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,64	4,4	26,95	160,6
	Напиток из шиповника	150	0,4	0,16	13,92	66,68
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
		525	19,76	17,12	74,16	541,72
Полдник	Омлет натульный с маслом	130	11,7	11,09	8,88	204,1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28
	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,04	7,5	35,55
		295,00	12,86	11,14	23,37	267,65
Итого за день		1281,00	42,45	38,23	157,59	1171,90

4 неделя среда ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
день 18						
Завтрак	Каша вязкая "Дружба"	150/3	3,7	3,9	17,9	122,2
	Бутерброд с повидлом	30/8	1,48	2,32	16,47	92,75
	Чай с молоком	160	2,37	2,08	12,71	79,1
		351	7,55	8,30	47,08	294,05
2 завтрак	Плоды свежие (яблоко)	150	0,52	0,52	12,93	62,04
		150	0,52	0,52	12,93	62,04
Обед	Икра морковная	30	1,1	4,0	5,58	64,5
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной на курином бульоне	150/5	3,07	3,38	8,98	78,75
	Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	60	7,27	10,44	5,92	147
	Макаронные изделия отварные	110	4,18	0,55	22,88	113,7
	Компот из апельсинов	150	0,26	0,06	15,43	64,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
		535	17,88	18,73	70,85	525,76
Полдник	Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	3,90	2,70	22,80	132,0
	Компот из изюма	150	0,24	0,06	14,98	61,78
		210,00	4,14	2,76	37,78	193,78
Итого за день		1246,00	30,09	30,31	168,64	1075,63

4 неделя четверг ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
день 19						
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,54	4,16	15,04	116,16
	Бутерброд с маслом	30/3	2,31	2,67	15,07	93,49
	Какао с молоком	160	3,36	2,9	13,82	94,93
		353	10,21	9,73	43,93	304,58
2 завтрак	Кефир	120	3,37	2,91	4,65	61,69
		120	3,37	2,91	4,65	61,69
Обед	Огурец соленый	30	0,24	0	0,72	4,2
	Суп картофельный с рыбой	150	16,83	4,67	12,15	158,72
	Котлета рыбная	50	7,13	1,37	4,44	59,4
	Рагу из овощей	120	1,94	10,41	10,95	145,2
	Компот из яблок	150	0,12	0,12	12,91	52
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
		530	28,26	16,87	53,23	476,56
Полдник	Сырники из творога	70	13,08	8,86	8	163,8
	Соус молочный сладкий	20	0,38	0,9	2,6	20,3
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28
		287,00	13,50	9,77	17,59	212,10
Итого за день		1290,00	55,34	39,28	119,40	1054,93

4 неделя пятница ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
день 20						
Завтрак	Каша молочная кукурузная жидкая	150	3,89	4,51	16,71	120,9
	Бутерброд с сыром	30/10	3,11	4,58	9,7	80,14
	Кофейный напиток с молоком	160	2,53	2,13	12,76	80,85
		350	9,53	11,22	39,17	281,89
2 завтрак	Ряженка	120	3,37	2,91	4,65	61,69
		120	3,37	2,91	16,00	61,69
Обед	Икра свекольная	30	0,7	1,74	3,7	34,08
	Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,24	3,5	11,3	89,7
	Запеканка картофельная с фаршем мясным	120	14,1	13,8	15,9	245,2
	Соус сметанный	30	0,41	1,5	1,77	18,93
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,1	29
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04
		515	20,52	20,85	51,83	473,95
Полдник	Булочка домашняя	60	3,6	4,8	17,4	141,68
	Сок в ассортименте	150	0,75	0	15,15	64
		210,00	4,35	4,80	32,55	205,68
Итого за день		1195,00	37,77	39,78	139,55	1023,21
Итого за весь период		25468,0	827,3	722,6	3093,5	21950,5
Среднее значение за период		1273,4	41,4	36,1	154,7	1097,5