

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Злобина М. С.)
07.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	Итого за завтрак 1	485.00	11.11	10.63	60.94	384.75
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		380.00	1.13	0.23	19.83	87.01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,75
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	59	9,85	7,31	2,29	114,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		578.00	18.97	18.41	70.91	461.02
Полдник	ЙОГУРТ	178	5,22	4,5	19,8	140,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		378.00	6.55	4.73	30.12	189.01
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	150	0,08	0	9,82	41,63
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (диета 09)	120	2,34	3,94	12	112,93
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	150	0,11	0,03	0,03	0,84
Итого за ужин 1		670.00	18.50	19.04	52.97	495.05
Итого за день		2494.00	56.26	53.04	234.77	1616.84

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)
Шеф-повар: _____ (Егорова Е.Г.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,46	4,47	0	54,77
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01.06)	25	1,4	0,2	11	49
Итого за завтрак 1		795.00	20.32	20.38	107.48	693.26
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		400.00	1.11	0.23	19.84	86.82
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	199	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	79	13,14	9,75	3,06	152,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за обед		913.00	25.09	23.93	99.21	621.57
Полдник	ЙОГУРТ	196	5,8	5	22	156
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01.06)	35	1,93	0,35	14,17	68,6
Итого за полдник		466.00	9.94	5.73	54.20	308.72
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	180	0,09	0	11,79	49,95
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (диета 01.06)	150	2,92	4,92	15	141,14
Итого за ужин 1		650.00	23.85	25.98	63.35	630.66
Итого за день		3227.00	80.31	76.25	344.08	2341.03

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)
Шеф-повар: _____ (Егорова Е.Г.)