



## Меню приготавливаемых блюд

### Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
<b>Завтрак 1</b>	<b>КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ</b>	148	3,7	3,88	17,99	121,49
	<b>БАТОН</b>	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	<b>МАСЛО ПОРЦИЯМИ</b>	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>	178	2,88	2,43	14,13	90,63
	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)</b>	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		656.00	11.13	14.40	74.92	473.61
<b>Завтрак 2</b>	<b>ЯБЛОКО</b>	81	0,4	0,4	9,3	44,65
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		261.00	0.53	0.43	9.34	45.66
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
<b>Обед</b>	<b>САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ</b>	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	<b>СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ</b>	179	3,31	3,74	14,98	107,28
	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b>	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	<b>КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ</b>	55	4,22	15,6	4,88	170,72
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	25	1,38	0,25	10,13	49
	<b>КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК</b>	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		568.00	13.02	26.16	56.65	513.96
<b>Полдник</b>	<b>МОЛОКО</b>	176	5,04	4,41	8,37	94,32
	<b>ПРЯНИКИ</b>	17	1,77	1,4	22,5	109,8
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	<b>БАТОН(диета 09)</b>	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		408.00	9.04	6.19	48.90	288.43
<b>Ужин 1</b>	<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ</b>	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>	123	12,68	12,2	18,69	247,31
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ</b>	50	0,6	2,2	6,1	54
	<b>БАТОН</b>	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>	149	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		392.00	16.25	17.71	52.33	441.86
Итого за день		2288.00	49.97	64.89	242.14	1763.52

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Мисник А. А.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Егорова Е.Г.)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Злобина М. С.)  
 07.03.2025

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Категория: Сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества *			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
<b>Завтрак 1</b>	<b>КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ</b>	197	4,87	5,3	25,56	168,96
	<b>БАТОН</b>	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	<b>МАСЛО ПОРЦИЯМИ</b>	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>	198	3,2	2,7	15,7	100,7
	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(диета 01.06)</b>	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)</b>	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета)</b>	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		788,00	15,69	17,42	116,10	683,43
<b>Завтрак 2</b>	<b>ЯБЛОКО</b>	85	0,4	0,4	9,8	47
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01.06)</b>	200	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		285,00	0,51	0,43	9,84	47,82
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
<b>Обед</b>	<b>САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ</b>	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	<b>СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ</b>	199	3,68	4,16	16,64	119,2
	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b>	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	<b>КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ</b>	73	5,63	20,8	6,51	227,63
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	<b>КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК</b>	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета)</b>	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за обед		707,00	18,84	34,84	94,47	761,68
<b>Полдник</b>	<b>МОЛОКО</b>	196	5,6	4,9	9,3	104,8
	<b>ПРЯНИКИ</b>	31	3,25	2,57	41,25	201,3
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01.06)</b>	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	<b>БАТОН(диета 01.06)</b>	45	4	0,5	24,6	119
	<b>ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое</b>	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		492,00	12,98	8,00	91,07	490,12
<b>Ужин 1</b>	<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ</b>	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>	143	12,88	11,75	20,25	253,88
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ</b>	4	0,05	0,18	0,49	4,32
	<b>БАТОН</b>	31	2,07	0,34	17,67	81,98
	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>	178	0,8	1	11,41	44,06
	<b>КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ(диета 01.06)</b>	150	2,92	4,92	15	141,14
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета)</b>	6	2,37	0,42	24,57	111,6
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01.06)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		752,00	21,97	21,91	93,35	686,63
Итого за день		3029,00	69,99	82,60	404,83	2669,68

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