

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Злобина М. С.)  
 12.03.2025

## Менюготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
<b>Завтрак 1</b>	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>	128	12,68	12,2	18,69	247,31
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	<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>ЧАЙ БЕЗ САХАРА</b>	180	0,1	0,03	0,04	0,74
Итого за завтрак 1		387,00	14,93	18,83	33,93	383,55
<b>Завтрак 2</b>	<b>ЯБЛОКО</b>	55	0,4	0,4	9,8	47
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		235,00	0,53	0,43	9,84	48,01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
<b>Обед</b>	<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ</b>	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ</b>	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ</b>	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	<b>КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ</b>	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ</b>	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		599,00	16,27	18,03	55,60
<b>Полдник</b>	<b>КЕФИР</b>	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		409,00	8,72	2,87	32,95	203,05
<b>Ужин 1</b>	<b>САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ</b>	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	<b>СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ</b>	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	<b>ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>	150	0,17	0,17	11,58	55,75
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	20	1,12	0,16	8,8	39,2
Итого за ужин 1		360,00	9,41	20,48	27,12	334,96
Итого за день		1993,00	49,86	60,64	159,44	1420,55

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

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Егорова Е.Г.)



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Злобина М. С.)  
 12.03.2025

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
<b>Завтрак 1</b>	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b>	148	12,88	11,75	20,25	253,88
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	<b>БАТОН</b>	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	<b>МАСЛО ПОРЦИЯМИ</b>	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА</b>	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 01)</b>	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета)</b>	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		566,00	21,45	22,59	101,60	714,47
<b>Завтрак 2</b>	<b>ЯБЛОКО</b>	111	0,81	0,81	19,78	94,85
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		291,00	0,94	0,84	19,82	95,86
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
<b>Обед</b>	<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ</b>	60	0,89	4	4	58,09
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ</b>	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ</b>	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	<b>КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ</b>	80	10,8	15,33	0	190,25
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ</b>	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	57	2,79	0,4	20,2	98
	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b>	180	0	0	9,7	38,7
	<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ безглютеновые (диета 01)</b>	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета)</b>	16	2,37	0,42	24,57	111,6
	Итого за обед		942,00	31,34	41,16	130,85
<b>Полдник</b>	<b>КЕФИР</b>	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	<b>СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ</b>	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06,01)</b>	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	<b>БАТОН (диета 06)</b>	55	4	0,5	24,6	119
	<b>ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое</b>	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		503,00	13,34	3,39	74,23	392,44
<b>Ужин 1</b>	<b>САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ</b>	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	<b>СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ</b>	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	<b>ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b>	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета)</b>	6	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за ужин 1		480,00	15,15	28,06	61,11	561,53
Итого за день		2787,00	82,22	96,04	387,61	2661,54

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