

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Злобина М. С.)
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием лица	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
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
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.05.06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01.05.06)	31	1,67	0,3	12,28	59,44
Итого за завтрак 1		841,00	20,11	20,23	109,99	703,98
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	203	1	0,2	19,8	86
		203,00	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за завтрак 2						
На весь день		Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день			3,00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	200	1,82	3,73	7,27	78,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (диета 01.05.06)	150	2,92	4,92	15	141,14
Итого за обед		881,00	27,65	35,15	84,00	816,76
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,26	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.05.06)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01.05.06)	51	2,75	0,5	20,2	97,79
Итого за полдник		481,00	11,45	7,03	62,32	361,00
Ужин 1	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.05.06)	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01.05.06)	60	2,76	0,5	20,24	98
Итого за ужин 1		736,00	16,32	10,43	88,79	509,44
Итого за день		3145,00	76,53	73,04	364,90	2477,18

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Злобина М. С.)
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025 *						
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
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		690,00	15,39	17,10	82,60	546,54
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		3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	180	1,64	3,35	6,55	70,45
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		605,00	19,20	23,71	54,64	536,55
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	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		410,00	8,14	6,04	41,19	252,73
Ужин 1	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,36	2,94	2,76	39,06
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,6	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		595,00	11,04	7,09	54,70	312,66
Итого за день		2683,00	54,90	54,17	252,96	1735,49

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