



Меню приготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
21.07.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	149	6,2	6,87	29,51	205,11	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63	
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	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		728,00	22,37	24,62	94,22	690,21	
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	73	0,89	0,2	8,1	43	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01	
Итого за завтрак 2		253,00	1,02	0,23	8,14	44,01	
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0	
Итого за на весь день		3,00					
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ-(ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	174	1,94	3,1	12,1	84,24	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	150	9,74	17,48	21	281,28	
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8	
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25	
	Итого за обед		614,00	15,57	25,50	70,86	574,76
	Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,2	2,66	25,72	146,29	
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)		180	0,13	0,03	0,04	1,01	
БАТОН (диета 09)		50	3	0,5	25,7	119	
Итого за полдник		459,00	11,37	7,60	59,83	360,62	
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,28	2,04	1,15	24,79	
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2	
	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	179	0,8	1	11,41	44,06	
	Итого за ужин 1		564,00	5,65	6,16	42,83	241,49
Итого за день		2621,00	55,98	64,11	275,88	1911,09	

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

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ (Злобина М. С.)

18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
21.07.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	199	8,26	9,16	39,35	273,48	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8	
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7	
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 06)	150	6,53	6,53	37,34	233,66	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	200	0,14	0,03	0,04	1,12	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 05)	59	2,76	0,5	20,28	98,18	
Итого за завтрак 1		880,00	27,52	27,68	125,91	866,94	
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	132	1,61	0,36	14,65	77,75	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	200	0,13	0,04	0,04	1,01	
Итого за завтрак 2		332,00	1,74	0,40	14,69	78,76	
На весь день		3	0	0	0	0	
Итого за на весь день		3,00					
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	193	2,16	3,44	13,44	93,6	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	200	12,98	23,3	28	375,04	
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8	
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 05)	180	0,12	0,04	0,04	0,91	
	Итого за обед		921,00	19,54	33,12	82,78	706,25
	Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		70	4,48	3,72	36,01	204,81	
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)		200	0,13	0,04	0,04	1,01	
БАТОН (диета 06,05)		57	3,05	0,51	26,16	121,12	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 06,01)		59	2,76	0,5	20,28	98,18	
Итого за полдник		585,00	16,02	9,67	91,79	529,92	
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7	36,4	
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2	
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	199	0,89	1,11	12,68	48,98	
Итого за ужин 1		671,00	6,99	8,10	51,94	300,20	
Итого за день		3392,00	71,81	78,97	367,11	2482,07	

Исполнитель: Кладовщик (Мисник А. А.)

Шеф-повар: (Егорова Е.Г.)