

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Злобина М. С.)  
28.05.2025

## Меню приготавливаемых блюд

### Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценност<br>ь |
|-----------------------|--------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-----------------|
|                       |                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                 |
| 29.05.2025            |                                            |           |                  |       |          |                 |
| Завтрак 1             | КАША `АССОРТИ`                             | 200       | 5,1              | 5,5   | 26,1     | 172,6           |
|                       | БАТОН                                      | 26        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5            |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                             | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5            |
|                       | КАКАО С МОЛОКОМ                            | 200       | 2,9              | 2,5   | 14,87    | 98,8            |
|                       | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)                      | 20        | 2,59             | 2,29  | 0,2      | 31,5            |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                               | 13        | 3                | 3,87  | 0        | 47,47           |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01.05)                  | 26        | 1,38             | 0,25  | 10,13    | 49              |
| Итого за завтрак 1    |                                            | 490.00    | 16.52            | 18.81 | 64.20    | 496.37          |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                                     | 114       | 0,8              | 0,8   | 19,6     | 94              |
|                       | ЧАЙ БЕЗ<br>САХАРА(диета 01.05)             | 180       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01            |
| Итого за завтрак 2    |                                            | 294.00    | 0.93             | 0.83  | 19.64    | 95.01           |
| На весь день          | Соль йодированная                          | 3         | 0                | 0     | 0        | 0               |
| Итого за на весь день |                                            | 3.00      |                  |       |          |                 |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТЫ С<br>ЯБЛОКАМИ | 62        | 0,31             | 2,97  | 4,67     | 44,23           |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                           | 199       | 6,8              | 8,4   | 8,5      | 147,5           |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                            | 180       | 3,9              | 3,7   | 15,2     | 115,9           |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                             | 78        | 9,2              | 8,7   | 13,5     | 176,09          |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 32        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8            |
|                       | БАТОН                                      | 35        | 2                | 0,33  | 17,13    | 79,33           |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ             | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7            |
|                       | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТЫ(диета 01.05)  | 55        | 0,96             | 3,06  | 4,62     | 49,44           |
|                       | ЧАЙ БЕЗ<br>САХАРА(диета 01.05)             | 180       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01            |
|                       | Итого за обед                              |           | 1001.00          | 24.98 | 27.43    | 86.68           |
| Полдник               | КЕФИР                                      | 199       | 5,99             | 0,2   | 7,99     | 61,94           |
|                       | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 70        | 4,59             | 8,62  | 38,82    | 250,49          |
|                       | ХЛЕБЦЫ (диета)                             | 20        | 1,58             | 0,28  | 16,38    | 74,4            |
|                       | БАТОН(диета 01.05)                         | 53        | 4                | 0,5   | 24,6     | 119             |
| Итого за полдник      |                                            | 342.00    | 16.16            | 9.60  | 87.79    | 505.83          |
| Ужин 1                | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ                            | 60        | 0,9              | 0,06  | 5,28     | 25,2            |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                           | 180       | 7,52             | 9,21  | 34,2     | 250,62          |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 21        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2            |
|                       | БАТОН                                      | 36        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3            |
|                       | КОМПОТ ЛИМОННЫЙ                            | 179       | 0,09             | 0     | 11,79    | 49,95           |
|                       | ЧАЙ БЕЗ<br>САХАРА(диета 01.05)             | 180       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01            |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ<br>безглютеновые          | 180       | 7,52             | 9,21  | 34,2     | 250,62          |
| Итого за ужин 1       |                                            | 836.00    | 19.38            | 19.02 | 112.30   | 699.90          |
| Итого за день         |                                            | 2966.00   | 77.97            | 75.69 | 370.61   | 2508.11         |

Исполнитель: Кладовщик (Мисник А. А.)

Шеф-повар: (Егорова Е.Г.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Злобина М. С.)  
28.05.2025

## Меню приготавливаемых блюд

### Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 29.05.2025            |                                            |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША `АССОРТИ`                             | 150       | 3,61             | 3,79  | 21,34    | 127,76      |
|                       | БАТОН                                      | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                             | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КАКАО С МОЛОКОМ                            | 180       | 2,61             | 2,25  | 13,38    | 88,92       |
|                       | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)                      | 20        | 2,59             | 2,29  | 0,2      | 31,5        |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                               | 8         | 1,85             | 2,38  | 0        | 29,21       |
|                       | КАША ПШЕННАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)     | 150       | 6,53             | 6,53  | 37,34    | 233,66      |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА<br>(диета 09)               | 180       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01        |
| Итого за завтрак 1    |                                            | 718.00    | 18.87            | 21.67 | 85.20    | 609.06      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                                     | 57        | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА<br>(диета 09)               | 180       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01        |
| Итого за завтрак 2    |                                            | 237.00    | 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      |                  |       |          |             |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТЫ С<br>ЯБЛОКАМИ | 41        | 0,21             | 1,98  | 3,11     | 29,49       |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                           | 179       | 6,12             | 7,56  | 7,65     | 132,75      |
|                       | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                            | 150       | 3,25             | 3,08  | 12,66    | 96,58       |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                             | 59        | 6,55             | 6,33  | 10,56    | 121,53      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 20        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
|                       | БАТОН                                      | 20        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ             | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25       |
|                       | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТЫ (диета 09)    | 42        | 0,64             | 2,04  | 3,08     | 32,96       |
| Итого за обед         |                                            | 661.00    | 19.09            | 21.35 | 64.22    | 532.36      |
| Полдник               | КЕФИР                                      | 179       | 5,39             | 0,18  | 7,19     | 55,75       |
|                       | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                           | 50        | 3,28             | 6,16  | 27,73    | 178,92      |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА<br>(диета 09)               | 180       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01        |
| Итого за полдник      |                                            | 409.00    | 8.80             | 6.37  | 34.96    | 235.68      |
| Ужин 1                | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ                            | 40        | 0,6              | 0,04  | 3,52     | 16,8        |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                           | 150       | 6,26             | 7,67  | 28,49    | 208,84      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 25        | 1,38             | 0,25  | 10,13    | 49          |
|                       | БАТОН                                      | 35        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | КОМПОТ ЛИМОННЫЙ                            | 179       | 0,1              | 0     | 11,8     | 50,01       |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА<br>(диета 09)               | 180       | 0,12             | 0,04  | 0,04     | 0,91        |
| Итого за ужин 1       |                                            | 609.00    | 10.56            | 8.35  | 71.97    | 408.86      |
| Итого за день         |                                            | 2637.00   | 57.85            | 58.17 | 266.19   | 1833.97     |

Исполнитель: Кладовщик (Мисник А. А.)

Шеф-повар: (Егорова Е.Г.)