

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Злобина М. С.)
29.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества *			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	151	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	2,88	2,43	14,13	90,63
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,75	2,26	0	27,69
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		669.00	13.22	18.20	73.69	511.47
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	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	39	0,46	2,05	2,11	25,35
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		569.00	11.62	23.14	43.33	447.83
Полдник	МОЛОКО	182	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	49	3,6	3	27,2	152
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		411.00	8.77	7.44	35.61	247.33
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	151	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		581.00	13.61	18.14	48.56	414.94
Итого за день		2613.00	48.35	67.15	221.02	1708.58

Исполнитель: Кладовщик (Мисник А. А.)

Шеф-повар: (Егорова Е.Г.)

УТВЕРЖДАЮ (Злобина М. С.)

29.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	201	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 01)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	СЫР ПОРЦИЯМИ	12	3	3,87	0	47,47
	ХЛЕБ РЖАНОЙ(диета 01)	27	1,38	0,25	10,13	49
Итого за завтрак 1		803.00	18.24	23.04	98.45	675.08
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		400.00	1.11	0.23	19.83	86.82
На весь день		Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	59	0,69	3,07	3,16	38,02
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ(диета 01)	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01,05)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за обед		882.00	14.52	29.60	56.49	571.40
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	69	5,04	4,2	38,08	212,8
	ХЛЕБЦЫ (диета)	20	1,58	0,28	16,38	74,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,13	0,03	0,04	1,01
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		509.00	14.45	9.76	81.79	476.31
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	151	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(диета 01)	150	2,27	3,35	10,73	91,5
Итого за ужин 1		612.00	16.53	24.99	66.29	566.11
Итого за день		3209.00	64.85	87.62	322.85	2375.72

Исполнитель: Кладовщик (Мисник А. А.)

Шеф-повар: (Егорова Е.Г.)