

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Злобина М. С.)

29.07.2025 №79

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	24	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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	120	2,86	3,65	29,91	163,47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,12	0,04	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		659,00	11,98	14,82	75,75	482,89
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	200	0,13	0,04	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		400,00	1,13	0,24	19,84	87,01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	3,23	3,05	5,61	76,67
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	59	4,22	15,6	4,88	170,72
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
Итого за обед		618,00	13,08	25,53	69,99	564,89
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАТОН	39	2,44	0,41	20,88	96,69
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,12	0,04	0,04	0,91
Итого за полдник		399,00	7,60	4,86	29,29	191,92
Ужин 1	ОЛАДЬИ	120	8,03	2,45	43,67	228,78
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	Итого за ужин 1		498,00	11,91	5,84	78,32
Итого за день		2577,00	45,70	51,29	273,19	1652,52

Исполнитель: Кладовщик (Мисник А. А.)

Шеф-повар: (Егорова Е.Г.)

Заведующий: _____

Утверждаю: _____

29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	15	1,5	0,25	12,35	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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 06)	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	200	0,13	0,04	0,04	1,01
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01)	25	1,38	0,25	10,12	49
Итого за завтрак 1		795,00	15,93	17,68	101,18	626,56
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	200	0,13	0,04	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		400,00	1,13	0,24	19,84	87,01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	15	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	75	5,53	20,8	6,51	227,63
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
Итого за обед		760,00	16,88	33,86	90,67	736,13
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАТОН	44	4,4	0,73	37,39	174,53
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	200	0,13	0,04	0,04	1,01
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01)	70	3,86	0,7	28,34	137,2
Итого за полдник		514,00	13,99	6,37	75,37	417,54
Ужин 1	ОЛАДЫ	150	10,04	3,06	54,59	285,98
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 06)	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (диета 01,05)	150	2,27	3,35	10,73	91,5
Итого за ужин 1		718,00	16,88	10,05	106,39	501,45
Итого за день		3190,00	64,81	68,20	393,45	2368,69

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)

Шеф-повар _____ (Егорова Е.Г.)