

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	147	6,72	8,28	29,28	219,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	177	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр 7	163	6,53	6,53	37,34	233,66
Итого за завтрак 1		517.00	19.20	20.26	92.99	627.94
Завтрак 2	ЯБЛОКО	92	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		272.00	1.30	0.58	27.11	122.05
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	178	4,65	4,99	7,69	107,84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	46	4,83	2,85	0,39	83,45
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		615.00	15.46	12.92	54.12	446.08
Полдник	КЕФИР	181	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	17	1,2	0,95	15,3	74,66
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		218.00	6.61	1.13	38.37	194.61
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	141	13,65	13,13	20,12	266,19
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)диета гр 7	160	8,46	16,61	13,81	236,92
Итого за ужин 1		531.00	23.78	31.29	47.91	583.93
Итого за день		2156.00	66.35	66.18	260.50	1974.61
Среднее значение за период		2156.00	66.35	66.18	260.50	1974.61

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	147	6,72	8,28	29,28	219,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	КАКАО НА МОЛОКЕ	196	3,14	3,46	15,02	99,58
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр 3-2,11	198	7,84	7,84	44,81	280,39
Итого за завтрак 1		583.00	22.11	22.91	107.10	719.39
Завтрак 2	ЯБЛОКО	96	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		296.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	197	5,17	5,54	8,54	119,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	65	9,49	13,47	0	167,11
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,79	0,4	20,2	98
	БОРЩ диета гр 1,3,4	197	3,55	4,44	8,15	97,18
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)диета гр 1,3,4	80	4,02	28,65	0	245,51
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за обед		1000.00	30.22	59.05	73.46	959.14
Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	34	2,41	1,9	30,6	149,33
	ПЕЧЕНЬЕ б\гл гр 3-2,4,11,8	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		265.00	8.43	2.10	62.41	307.57
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	172	14,67	13,38	23,07	289,19
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)диета гр 1,3-3,4,8,11-2	200	10,57	20,76	17,26	296,15
Итого за ужин 1		622.00	27.15	36.57	56.75	687.76
Итого за день		2769.00	89.31	121.23	329.32	2806.86
Среднее значение за период		2769.00	89.31	121.23	329.32	2806.86

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()