

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
08.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	203	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диет а гр 3-2,11	180	7,84	7,84	44,81	280,39
Итого за завтрак 1		653.00	22.37	24.20	89.71	666.69
Завтрак 2	ЯБЛОКО	87	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		284.00	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 'ДЕТСКИЕ ГОДЫ'	60	0,9	6,02	2,63	68,47
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ диета гр 3-3,4-2,1,8,11	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)диета гр 11	80	4,02	28,65	0	245,51
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		912.00	25.75	50.67	84.63	846.40
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
	ПЕЧЕНЬЕ б\гл гр 3-2,4-2,8,11	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		269.00	7.99	6.77	63.12	347.50
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	154	12,2	11,12	29,57	291,43
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета гр 1,3-3,4- 2,8,11-2	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		613.00	25.22	37.83	59.87	715.76

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	152	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		402.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Завтрак 2	ЯБЛОКО	83	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		261.00	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 `ДЕТСКИЕ ГОДЫ`	40	0,6	4,01	1,75	45,65
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,17	3,29	7,13	66,62
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		631.00	10.78	15.62	68.97	399.93
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
Итого за полдник		199.00	6.22	5.34	23.37	167.52
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	133	10,57	9,64	25,63	252,57
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		359.00	12.24	11.19	39.61	333.39