

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ ()

10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр 3-2,11	140	3,35	4,27	34,84	190,73
Итого за завтрак 1		573.00	13.49	18.59	85.79	563.98
Завтрак 2	ГРУША	67	0,38	0,31	10,31	47
	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,81	86,1
Итого за завтрак 2		265.00	1.38	0.51	30.12	133.10
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	84	0,5	4,09	1,5	45,5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	178	0,09	0,09	16,1	66,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за обед		727.00	19.59	34.72	66.71	653.59
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ПЕЧЕНЬЕ б/гл гр 1,3-3,4-2,8,11-2	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		300.00	10.22	13.52	71.94	451.59
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	58	1,32	0,24	6,7	34,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1		459.00	13.08	10.04	84.09	478.19

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____()

10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	28	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
Итого за завтрак 1		363.00	8.47	12.25	43.79	319.29
Завтрак 2	ГРУША	64	0,37	0,29	9,79	44,64
	СОК (фруктовый/овощной)	148	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		212.00	1.12	0.44	24.63	109.14
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	57	0,27	2,67	1,16	30,4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	149	0,08	0,08	13,42	55,58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
Итого за обед		589.00	15.38	26.34	52.99	508.63
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230.00	8.32	10.57	36.10	273.24
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	38	0,88	0,16	4,47	23,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		407.00	11.08	8.37	73.58	412.91