

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	179	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр 3,11	180	6,74	7,56	44,36	272,71
Итого за завтрак 1		599.00	19.03	20.79	92.47	631.11
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	77	16,44	15,7	11,46	252,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	13	1,2	0,2	10,83	47,6
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	167	0,09	0,09	16,1	66,69
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)диета гр3	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за обед		807.00	32.95	57.43	105.98	1044.84
Полдник	КЕФИР	192	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	35	0,04	0	27,79	112,35
Итого за полдник		227.00	6.03	0.20	35.78	174.29
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ диета гр 1,3-2,4-2,8,11	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)гр 11	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		670.00	21.97	41.77	71.65	748.18

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	169	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		353.00	9.50	9.78	41.93	291.07
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	181	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		181.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	57	12,33	11,77	8,6	189,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	13	1,2	0,2	10,28	47,6
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	139	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		594.00	23.08	22.07	88.04	647.01
Полдник	КЕФИР	172	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		192.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	12	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	149	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		401.00	8.11	9.06	53.83	316.67