

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ ()

17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	201	7,22	8,24	31,94	230,55
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	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		581.00	15.32	19.61	95.38	618.98
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	98	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		298.00	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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,66	3,87	3,45	52,53
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	3,64	5,13	36,49	117,97
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)гр 11	80	4,02	28,65	0	245,51
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ диета гр 1,3-2,4,11	80	6,96	0,35	0,46	44,54
Итого за обед		899.00	27.32	45.03	78.30	753.19
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	68	3,75	1,41	53,52	200,71
	ПЕЧЕНЬЕ б/гл гр 1,3-2,4,8,11-2	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		298.00	9.38	6.31	86.64	401.81
Ужин 1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)диета гр 1,3-2,4,8,11-2	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		525.00	22.63	38.23	43.69	580.37

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ ()  
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	151	5,42	6,18	23,96	172,91
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		371.00	9.85	13.01	50.99	360.54
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,44	2,58	2,3	35,02
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	2,6	3,67	26,07	84,27
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		601.00	13.15	12.49	59.60	366.58
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		229.00	7.72	5.42	46.60	237.68
Ужин 1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,03	3,66	2,67	87
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		355.00	14.10	7.42	33.61	256.42