

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_()

18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	8,96	11,04	39,04	292,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр 3,11	160	6,97	6,97	39,83	249,24
Итого за завтрак 1		642.00	28.71	29.19	107.72	812.51
Завтрак 2	ЯБЛОКО	111	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		111.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	198	2,16	3,44	13,44	93,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	0	0	0	0	0
Итого за обед		678.00	15.51	28.44	58.42	546.90
Полдник	МОЛОКО	164	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬЕ б/гл гр 1,3-2,4,8,11-2	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		264.00	10.11	8.62	69.13	405.91
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	162	13,29	12,12	20,89	261,97
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ диета гр 1,3-2,4,8,11-2	200	27,06	22,66	47,59	502,66
Итого за ужин 1		687.00	43.75	37.41	101.37	938.40

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ ()

18.07.2025

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,72	8,28	29,28	219,6
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		406.00	17.80	17.41	56.56	458.09
Завтрак 2	ЯБЛОКО	105	0,38	0,38	9,27	44,46
Итого за завтрак 2		105.00	0.38	0.38	9.27	44.46
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	178	1,94	3,09	12,08	84,15
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за обед		568.00	12.87	22.52	49.97	450.12
Полдник	МОЛОКО	147	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		197.00	8.24	7.07	34.09	240.61
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	136	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		386.00	15.32	13.88	43.64	375.55