

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность б
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	132	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		336.00	16.31	19.00	47.92	365.36
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	95	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		95.00	0.79	0.16	7.28	38.58
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ПОДЛИВ	25	0,2	0,95	1,75	16,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		595.00	15.01	15.00	58.39	427.54
Полдник	КЕФИР	161	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник		195.00	7.40	1.77	32.69	180.19
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	39	1,07	2,4	4,6	43,47
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	167	2,64	2,23	12,93	82,98
Итого за ужин 1		368.00	8.86	8.17	50.58	327.01
Итого за день		1591.00	48.37	44.10	196.86	1338.68
Среднее значение за период		1591.00	48.37	44.10	196.86	1338.68

Исполнитель: Медсестра (Пахмутова Л.А.)
Шеф-повар: (Караваева О.П.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	152	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	31	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		405,00	17,92	18,79	62,82	433,07
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,89	0,20	8,10	43,00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	8,1	11,5	0	142,69
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,2	10,1	49
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		735,00	19,89	27,40	77,55	582,42
Полдник	КЕФИР	179	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		243,00	8,03	1,79	57,31	282,68
Ужин 1	САЛАТ 'ЗИМНИЙ'	59	1,6	3,6	6,9	65,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	БАТОН	31	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88	39,2
Итого за ужин 1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	186	2,96	2,5	14,52	93,13
Итого за день		456,00	11,74	10,67	70,73	445,36
Среднее значение за период		1941,00	58,47	58,85	276,51	1786,53

Исполнитель: Медсестра (Пахмутова Л.А.)
Шеф-повар: (Караваева О.П.)