

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий С.А.С. (Шилова С.В.)
21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		431.00	9.79	10.16	51.84	338.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		299.00	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 СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	198	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,08	0,15	8,56	37,8
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		735.00	22.03	29.69	101.41	692.19
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		231.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	58	3	4,5	4,12	69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		505.00	12.34	12.90	51.73	431.46
Итого за день		2204.00	51.19	58.25	267.70	1796.22
Среднее значение за период		2204.00	51.19	58.25	267.70	1796.22

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий С.А.С. (Шилова С.В.)
21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,42
Итого за завтрак 1		338,00	7,19	7,66	36,68	244,69
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	0,78	0,16	15,35	66,65
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		250,00	1,18	0,56	24,65	111,30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,75
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		590,00	17,06	22,18	75,27	520,38
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		201,00	5,06	4,41	24,25	158,52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,38	0,2	10,94	48,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		392,00	8,53	9,12	34,88	282,51
Итого за день		1774,00	39,02	43,93	195,73	1317,40
Среднее значение за период		1774,00	39,02	43,93	195,73	1317,40

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