

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
07.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	198	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		429.00	9.79	10.16	51.84	338.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	28.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	199	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	21	1,1	0,16	8,74	38,69
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		739.00	21.87	29.61	97.33	674.53
Полдник	МОЛОКО	196	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,15	0	24,24	93
Итого за полдник		256.00	5.78	4.90	57.36	294.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,8	3,9	4	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,36	0,2	10,82	47,77
	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		503.00	9.82	12.26	49.11	406.63
Итого за день		2229.00	48.66	57.53	285.24	1846.73
Среднее значение за период		2229.00	48.66	57.53	285.24	1846.73

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
07.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	148	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		336,00	7,19	7,66	36,68	244,69
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	0,78	0,16	15,35	66,65
	АПЕЛЬСИН	71	0,8	0,18	7,28	38,65
Итого за завтрак 2		226,00	1,58	0,34	22,63	105,30
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2,00				
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	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	1,85	0,31	15,89	73,56
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		594,00	16,96	22,11	72,19	507,16
Полдник	МОЛОКО	177	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		197,00	5,06	4,41	24,25	158,52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	39	0,44	2,58	2,3	35,02
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	56,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		399,00	7,27	8,74	36,81	282,03
Итого за день		1754,00	38,06	43,26	192,56	1297,70
Среднее значение за период		1754,00	38,06	43,26	192,56	1297,70

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