

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Шилова С.В.)  
19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	144	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	37	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		425,00	16,53	18,62	52,62	466,70
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	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	48	2,52	0,36	19,98	86,2
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		757,00	19,74	25,62	93,03	695,78
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за полдник	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,03	0	23,82	96,3
		281,00	8,91	11,06	60,85	380,02
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	БАТОН	41	2,4	0,4	20,52	95,2
	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		520,00	24,56	22,82	64,96	586,07
Итого за день		2088,00	70,14	78,52	281,26	2175,57
Среднее значение за период		2088,00	70,14	78,52	281,26	2175,57

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Шилова С.В.)  
19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	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	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		345,00	15,47	18,09	43,47	414,59
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95,00	0,40	0,40	9,30	44,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		621,00	15,19	14,37	73,63	536,91
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
Итого за полдник	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
		250,00	8,34	10,57	51,98	337,44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		417,00	19,01	17,06	54,39	465,10
Итого за день		1731,00	58,41	60,49	232,77	1798,69
Среднее значение за период		1731,00	58,41	60,49	232,77	1798,69

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