

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
22.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	201	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	27	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
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	186	2,96	2,5	14,53	93,19
Итого за завтрак 1		469,00	15,08	16,30	51,92	415,99
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	101	0,89	0,2	8,1	43
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		201,00	1,29	0,60	17,90	90,00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	48	0,5	4,09	1,5	45,5
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	83	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,26	0,32	17,9	79,01
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		714,00	27,49	28,27	67,79
Полдник	КЕФИР	163	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,68	1,01	38,23	143,36
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		242,00	8,70	1,21	70,04	301,60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	141	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		456,00	18,56	18,64	68,27	456,57
Итого за день		2084,00	71,12	65,02	275,92	1931,45
Среднее значение за период		2084,00	71,12	65,02	275,92	1931,45

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
22.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	151	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	166	2,64	2,23	12,96	83,12
		389.00	12.80	14.67	38.16	337.27
Итого за завтрак 1						
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	96	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		96.00	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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	32	0,27	2,67	1,16	30,4
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,03	0,29	15,92	70,93
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
		560.00	12.71	22.53	45.39	430.46
Итого за обед						
Полдник	КЕФИР	147	5,39	0,18	7,19	55,75
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		196.00	8.07	1.19	45.42	199.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	123	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	38	2,07	0,35	17,76	82,22
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
		378.00	17.29	17.62	56.45	391.25
Итого за ужин 1						
Итого за день		1621.00	51.66	56.17	192.70	1396.67
Среднее значение за период		1621.00	51.66	56.17	192.70	1396.67

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