

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Шилова С.В.)  
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	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	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	197	4,03	6,11	18,13	186,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,14	77,26
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,55	0,36	20,19	89,15
	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		694.00	16.47	33.96	82.62	735.99
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	33	1,95	1,54	24,75	120,78
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		264.00	7.58	6.44	57.87	321.88
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	36	2,09	0,35	17,91	82,92
	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		516.00	12.57	20.11	56.38	519.65
Итого за день		2208.00	47.81	71.27	278.31	2048.99
Среднее значение за период		2208.00	47.81	71.27	278.31	2048.99

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Шилова С.В.)  
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0	0	8,07	32,36
Итого за завтрак 1		361.00	7.98	7.80	45.61	284.83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		275.00	1.30	0.58	27.12	122.05
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	178	3,63	5,5	16,32	167,94
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,92	0,27	15,09	67,2
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		594.00	13.77	26.72	89.91	608.62
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	32	1,89	1,49	24	117,12
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		232.00	6.95	5.90	48.25	275.64
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	БАТОН	36	2,09	0,35	17,91	82,92
Итого за ужин 1		416.00	9.91	14.14	50.08	397.04
Итого за день		1881.00	39.91	55.14	240.97	1688.18
Среднее значение за период		1881.00	39.91	55.14	240.97	1688.18

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