

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
25.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	149	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,83
Итого за завтрак 1		356.00	8.13	10.71	45.02	309.12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		245.00	1.15	0.55	24.15	109.15
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	177	3,63	5,5	16,32	167,94
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2	2,9	9,29	79,3
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	57	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
	Итого за обед	590.00	12.17	24.26	53.27	525.84
Полдник	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЙОГУРТ	157	4,34	3,74	16,45	116,63
Итого за полдник		187.00	6.11	5.14	38.95	226.43
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	132	22,66	10,89	22,51	280,29
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79	35,39
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	27	1,84	0,31	15,77	73,02
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	149	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		398.00	26.23	16.23	53.88	463.92
Итого за день		1778.00	53.79	56.89	215.27	1634.46
Среднее значение за период		1778.00	53.79	56.89	215.27	1634.46

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
25.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,16	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		426.00	9.62	12.40	54.16	366.66
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	197	4,03	6,11	18,13	186,6
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	148	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	77	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	Итого за обед	706.00	14.91	31.07	65.61	647.71
Полдник	ЙОГУРТ	190	5,22	4,5	19,81	140,47
	ПРЯНИКИ	35	2,07	1,64	26,25	128,1
Итого за полдник		225.00	7.29	6.14	46.06	268.57
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	152	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	36	2,22	0,37	18,94	87,88
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		477.00	30.47	19.13	64.32	546.95
Итого за день		2136.00	63.69	69.34	259.75	1962.89
Среднее значение за период		2136.00	63.69	69.34	259.75	1962.89

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