

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	199	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	23	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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	184	2,96	2,5	14,52	93,11
Итого за завтрак 1		421.00	11,54	13,14	65,16	385,95
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	69	0,85	0,19	7,76	41,21
	ЯБЛОКО	96	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		365.00	2,25	0,79	36,86	171,86
На весь день		3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	0,89	3,9	4,19	56,29
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	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	699.00	23,37	29,22	60,25	676,29
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		278.00	9,30	6,36	59,54	337,16
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	66	0,69	3,09	2,4	41,79
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	32	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		462.00	14,00	13,98	47,07	386,04
Итого за день		2228.00	60,46	63,49	288,88	1957,30
Среднее значение за период		2228.00	60,46	63,49	288,88	1957,30

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	149	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	174	2,8	2,36	13,74	88,1
Итого за завтрак 1		351.00	9.03	11.33	48.80	304.08
Завтрак 2	ЯБЛОКО	96	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	154	0,77	0,15	15,25	66,22
Итого за завтрак 2		250.00	1.17	0.55	24.55	110.87
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,71	2,58	2,84	37,78
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		565.00	18.62	23.09	56.79	509.21
Полдник	КЕФИР	178	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		228.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	44	0,46	2,06	1,6	27,86
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		383.00	11.80	12.63	28.41	291.37
Итого за день		1780.00	49.29	53.94	193.47	1450.20
Среднее значение за период		1780.00	49.29	53.94	193.47	1450.20

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