

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
30.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	23	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	40	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		409.00	17.92	18.79	62.82	433.07
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день		3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	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	40	1,77	0,25	12,83	62,22
	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		750.00	19.59	27.45	78.90	586.72
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		265.00	7.64	6.49	58.62	325.54
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		519.00	24.53	22.87	61.08	570.59
Итого за день		2146.00	70.68	75.80	281.22	2001.92
Среднее значение за период		2146.00	70.68	75.80	281.22	2001.92

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шилова С.В.)
30.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	131	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	23	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		337,00	16,31	19,00	47,92	365,36
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	154	0,77	0,15	15,24	66,22
Итого за завтрак 2		154,00	0,77	0,15	15,24	66,22
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	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	35	1,96	0,28	15,54	68,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		605,00	14,88	15,32	60,07	434,47
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		211,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	БАТОН	34	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		404,00	18,10	16,93	42,66	413,36
Итого за день		1714,00	56,87	57,21	196,76	1483,53
Среднее значение за период		1714,00	56,87	57,21	196,76	1483,53

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