

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
04.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	126
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,9	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	200	3,2	2,7	15,7	101
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ диета	200	6,98	10,4	25	222
Итого за завтрак 1		670.00	21.51	26.78	69.90	608.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86,1
Итого за завтрак 2		198.00	1.00	0.20	19.81	86.10
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,3	127
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,3	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,3	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		773.00	18.30	19.30	69.10	571.81
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	105
	ПЕЧЕНЬЕ	22	0,06	0	47,6	193
Итого за полдник		222.00	5.66	4.90	56.94	297.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	157	27,4	13,2	27,2	339
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	2,1	0,35	18	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РИС ОТВАРНОЙ диета	130	2,6	2,86	29,5	151
	МЯСО ОТВАРНОЕ диета	70	3,52	25,1	0	215
Итого за ужин 1		676.00	37.19	46.66	91.92	917.78
Итого за день		2544.00	83.66	97.84	307.67	2481.77

Исполнитель: Медсестра _____ (А.В.Крысова)
Шеф-повар: _____ (М.С.Татаурова)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
04.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,4
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,9	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	180	2,88	2,43	14,1	90,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ диета	150	5,24	7,82	18,8	167
Итого за завтрак 1		550.00	18.28	22.69	58.08	511.57
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	176	0,9	0,18	17,8	77,4
Итого за завтрак 2		176.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	60
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	102
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,1
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,3	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,3
Итого за обед		640.00	13.43	15.13	55.35	442.06
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,3
	ПЕЧЕНЬЕ	7	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		187.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,5
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,7	10,9	22,5	280
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,3	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РИС ОТВАРНОЙ диета	110	2,2	2,42	25	127
	МЯСО ОТВАРНОЕ диета	50	2,51	17,9	0	153
Итого за ужин 1		557.00	29.63	34.77	68.86	692.46
Итого за день		2113.00	67.30	77.18	224.35	1882.01

Исполнитель: Медсестра _____ (А.В.Крысова)
Шеф-повар: _____ (М.С.Татаурова)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
04.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,4
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,9	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	180	2,88	2,43	14,1	90,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ диета	150	5,24	7,82	18,8	167
Итого за завтрак 1		550.00	18.28	22.69	58.08	511.57
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	176	0,9	0,18	17,8	77,4
Итого за завтрак 2		176.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	60
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	102
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,1
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,3	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,3
Итого за обед		640.00	13.43	15.13	55.35	442.06
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,3
	ПЕЧЕНЬЕ	7	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		187.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,5
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,7	10,9	22,5	280
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,3	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РИС ОТВАРНОЙ диета	110	2,2	2,42	25	127
МЯСО ОТВАРНОЕ диета	50	2,51	17,9	0	153	
Итого за ужин 1		557.00	29.63	34.77	68.86	692.46
Итого за день		2113.00	67.30	77.18	224.35	1882.01

Исполнитель: Медсестра _____ (А.В.Крысова)

Шеф-повар: _____ (М.С.Татаурова)