

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жир ы	Углеводо ы	
19.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	126
	БАТОН	27	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	6,99	10,4	25	222
Итого за завтрак 1		672.00	21.52	26.79	69.90	608.69
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	116	0,83	0,17	7,68	40,7
Итого за завтрак 2		116.00	0.83	0.17	7.68	40.68
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	59	0,96	3,06	4,62	49,4
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141
	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	35	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		774.00	18.01	19.36	69.57	575.36
Полдни к	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	105
	ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,6	193
Итого за полдник		259.00	5.66	4.90	56.94	297.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,6
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	164	26,2	12,6	26	323
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,1
	БАТОН	35	2,1	0,35	18	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ диета	200	27,1	22,7	47,6	503
Итого за ужин 1		669.00	56.78	40.75	97.50	985.89
Итого за день		2493.00	102.80	91.97	301.59	2508.02

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белк и	Жир ы	Углевод ы	
19.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,4
	БАТОН	27	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		552.00	18.28	22.69	58.08	511.57
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	116	0,83	0,17	7,68	40,7
Итого за завтрак 2		116.00	0.83	0.17	7.68	40.68
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	39	0,64	2,04	3,08	33
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	60
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	113
	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		639.00	13.17	15.40	56.19	448.05
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,3
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		199.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,4
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	142	22,7	10,9	22,5	280
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,1
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,3	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ диета	160	21,7	18,1	38,1	402
Итого за ужин 1		572.00	46.72	33.30	75.50	790.32
Итого за день		2081.00	84.06	75.97	221.70	1949.14

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белк и	Жир ы	Углевод ы	
19.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,4
	БАТОН	27	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		552.00	18.28	22.69	58.08	511.57
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	116	0,83	0,17	7,68	40,7
Итого за завтрак 2		116.00	0.83	0.17	7.68	40.68
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	39	0,64	2,04	3,08	33
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	60
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	113
	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		639.00	13.17	15.40	56.19	448.05
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,3
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		199.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,4
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	142	22,7	10,9	22,5	280
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,1
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,3	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ диета	160	21,7	18,1	38,1	402
Итого за ужин 1		572.00	46.72	33.30	75.50	790.32
Итого за день		2081.00	84.06	75.97	221.70	1949.14

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