

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
19.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белк и	Жир ы	Угледов ы	
20.03.2025						
Завтра к 1	КАША `АССОРТИ`	198	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	40	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	198	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		441.00	9.55	12.40	53.87	368.40
Завтра к 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		723.00	23.31	26.61	77.13	666.52
Полдни к	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	42	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		238.00	7.76	1.60	30.49	171.74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	59	1,13	4,56	4,09	64
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		476.00	11.91	14.28	74.23	473.90
Итого за день		2078.00	53.53	55.09	255.52	1766.56

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белк и	Жир ы	Углевод ы	
20.03.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	148	3,6	3,8	21	128
	БАТОН	40	1,5	0,3	13	60
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,1	4,2	0,1	38
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,6	2,3	13	89
Итого за завтрак 1		372.00	7.77	10.44	47.62	313.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	177	0,9	0,2	18	78
Итого за завтрак 2		177.00	0.90	0.18	17.88	77.66
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	3,9	3,3	55
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,1	7,6	7,7	133
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,5	10	77
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,6	6,3	11	122
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,8	39
	БАТОН	20	1,2	0,2	10	48
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2	0,1	12	48
Итого за обед		590.00	18.41	20.72	62.32	521.17
Полдни к	КЕФИР	177	5,4	0,2	7,2	56
	ПРЯНИКИ	28	1,2	0,9	15	73
Итого за полдник		205.00	6.57	1.11	22.19	128.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	39	0,8	3	2,7	43
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,3	7,7	28	209
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,3	10	49
	БАТОН	35	2,1	0,4	18	83
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0	0	7,6	31
Итого за ужин 1		399.00	10.52	11.31	66.97	414.46
Итого за день		1746.00	44.17	43.76	216.98	1455.92

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
19.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белк и	Жир ы	Угледов ы	
20.03.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	148	3,6	3,8	21	128
	БАТОН	40	1,5	0,3	13	60
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,1	4,2	0,1	38
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,6	2,3	13	89
Итого за завтрак 1		372.00	7.77	10.44	47.62	313.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	177	0,9	0,2	18	78
Итого за завтрак 2		177.00	0.90	0.18	17.88	77.66
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	3,9	3,3	55
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,1	7,6	7,7	133
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,5	10	77
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,6	6,3	11	122
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,8	39
	БАТОН	20	1,2	0,2	10	48
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,2	0,1	12	48
Итого за обед		590.00	18.41	20.72	62.32	521.17
Полдни к	КЕФИР	177	5,4	0,2	7,2	56
	ПРЯНИКИ	28	1,2	0,9	15	73
Итого за полдник		205.00	6.57	1.11	22.19	128.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	39	0,8	3	2,7	43
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,3	7,7	28	209
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,3	10	49
	БАТОН	35	2,1	0,4	18	83
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0	0	7,6	31
Итого за ужин 1		399.00	10.52	11.31	66.97	414.46
Итого за день		1746.00	44.17	43.76	216.98	1455.92

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