

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
29.07.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
29.07.2025

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	Углевود ы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,6	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,9	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	101
Итого за завтрак 1		430.00	10.99	13.20	58.15	356.34
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	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	198	3,27	3,97	6,24	81,3
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	114
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	228
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,3	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		747.00	15.89	35.59	72.93	591.86
Полдни к	МОЛОКО	175	5,6	4,9	9,3	105
	ПЕЧЕНЬЕ	24	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		199.00	5.62	4.90	25.18	169.00
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	59	1,92	6,26	6,54	91,1
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,1	5,13	164
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,3	58,8
	БАТОН	18	2,1	0,35	18	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		436.00	14.33	16.98	51.78	432.61
Итого за день		2015.00	47.83	70.87	227.84	1635.81

Исполнитель: Медсестра _____ (А.В.Крысова)
Шеф-повар: _____ (Л.В.Мясникова)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белк и	Жир ы	Углеводо ы	
30.07.2025						
Завтра к 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,2	119
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,9	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,1	90,6
Итого за завтрак 1		360.00	9.11	11.40	49.19	306.61
Завтра к 2	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,8	77,3
Итого за завтрак 2		178.00	0.90	0.18	17.80	77.31
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,4
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,8
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,37	4,48	24,4	91
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	171
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,3
Итого за обед		599.00	12.74	27.39	55.94	457.48
Полдни к	МОЛОКО	158	5,04	4,41	8,37	94,3
	ПЕЧЕНЬЕ	24	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		182.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	39	1,28	4,17	4,36	60,7
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,1	5,13	164
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	12	1,5	0,25	12,9	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		401.00	12.53	14.71	39.94	358.85
Итого за день		1723.00	40.34	58.09	187.12	1358.77

Исполнитель: Медсестра _____ (А.В.Крысова)
Шеф-повар: _____ (Л.В.Мясникова)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белк и	Жир ы	Угледов ы	
30.07.2025						
Завтра к 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,2	119
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,9	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,1	90,6
Итого за завтрак 1		360.00	9.11	11.4 0	49.19	306.61
Завтра к 2	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,8	77,3
Итого за завтрак 2		178.00	0.90	0.18	17.80	77.31
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,4
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,8
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,37	4,48	24,4	91
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	171
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,3
Итого за обед		599.00	12.74	27.3 9	55.94	457.48
Полдни к	МОЛОКО	158	5,04	4,41	8,37	94,3
	ПЕЧЕНЬЕ	24	0,02	0	15,9	64,2
Итого за полдник		182.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	39	1,28	4,17	4,36	60,7
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,1	5,13	164
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	12	1,5	0,25	12,9	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		401.00	12.53	14.7 1	39.94	358.85
Итого за день		1723.0 0	40.34	58.0 9	187.12	1358.77

Исполнитель: Медсестра _____ (А.В.Крысова)
Шеф-повар: _____ (Л.В.Мясникова)