

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 03.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ | 160 | 4,53 | 4,22 | 26,05 | 159,98 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) | 40 | 5,08 | 4,36 | 0,3 | 62,8 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,7 | 100,7 |
| | ХЛЕБЦЫ диета | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| Итого за завтрак 1 | | 462.00 | 16.73 | 16.10 | 79.52 | 532.08 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 196 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | 196.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 | 86.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 59 | 0,8 | 3,9 | 4 | 55,2 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 2,16 | 3,44 | 13,44 | 93,6 |
| | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант) | 150 | 3,07 | 4,16 | 27,65 | 136,8 |
| | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА) | 80 | 7,13 | 27,85 | 1,09 | 319,02 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| | Итого за обед | | 718.00 | 16.04 | 39.79 | 79.48 |
| Полдник | МОЛОКО | 196 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,2 | 2,66 | 25,72 | 146,29 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ диета | 200 | 0 | 0 | 9,78 | 39,21 |
| | ПЕЧЕНЬЕ диета | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 466.00 | 8.82 | 7.56 | 60.68 | 354.50 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 199 | 7,23 | 11,21 | 47,55 | 323,67 |
| | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ | 50 | 0,2 | 0 | 4,6 | 19,9 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 35 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ диета | 130 | 3,66 | 4,86 | 26,43 | 98,57 |
| | МЯСО ОТВАРНОЕ диета | 70 | 3,52 | 25,07 | 0 | 214,82 |
| Итого за ужин 1 | | 683.00 | 17.94 | 41.68 | 105.41 | 780.28 |
| Итого за день | | 2530.00 | 60.53 | 105.33 | 344.89 | 2502.58 |

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 03.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,25 | 3,96 | 24,42 | 150 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) | 40 | 5,08 | 4,36 | 0,3 | 62,8 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 2,88 | 2,43 | 14,13 | 90,63 |
| | ХЛЕБЦЫ диета | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| | Итого за завтрак 1 | | 432.00 | 16.13 | 15.57 | 76.32 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 177 | 0,9 | 0,18 | 17,88 | 77,66 |
| 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 39 | 0,44 | 2,58 | 2,3 | 35,02 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 180 | 1,94 | 3,1 | 12,1 | 84,24 |
| | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант) | 120 | 2,46 | 3,33 | 22,12 | 105,5 |
| | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА) | 60 | 5,35 | 20,89 | 0,82 | 239,3 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| | Итого за обед | | 599.00 | 13.07 | 30.34 | 69.02 |
| Полдник | МОЛОКО | 177 | 5,04 | 4,41 | 8,37 | 94,32 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,2 | 2,66 | 25,72 | 146,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ диета | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | ПЕЧЕНЬЕ диета | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 427.00 | 8.26 | 7.07 | 58.77 | 340.11 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 149 | 5,42 | 8,41 | 35,66 | 242,8 |
| | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ | 50 | 0,2 | 0 | 4,6 | 19,9 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ диета | 110 | 3,09 | 4,11 | 22,37 | 83,41 |
| | МЯСО ОТВАРНОЕ диета | 50 | 2,51 | 17,91 | 0 | 153,4 |
| Итого за ужин 1 | | 584.00 | 13.95 | 30.87 | 84.32 | 599.02 |
| Итого за день | | 2222.00 | 52.31 | 84.03 | 306.31 | 2131.46 |

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (М.А.Садакова)
31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белк и | Жиры | Углеводы | |
| 03.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,25 | 3,96 | 24,42 | 150 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) | 40 | 5,08 | 4,36 | 0,3 | 62,8 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 2,88 | 2,43 | 14,13 | 90,63 |
| | ХЛЕБЦЫ диета | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| Итого за завтрак 1 | | 432.00 | 16.13 | 15.57 | 76.32 | 512.01 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 177 | 0,9 | 0,18 | 17,88 | 77,66 |
| 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 39 | 0,44 | 2,58 | 2,3 | 35,02 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 180 | 1,94 | 3,1 | 12,1 | 84,24 |
| | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант) | 120 | 2,46 | 3,33 | 22,12 | 105,5 |
| | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА) | 60 | 5,35 | 20,89 | 0,82 | 239,3 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| Итого за обед | | 599.00 | 13.07 | 30.34 | 69.02 | 602.66 |
| Полдник | МОЛОКО | 177 | 5,04 | 4,41 | 8,37 | 94,32 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,2 | 2,66 | 25,72 | 146,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ диета | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | ПЕЧЕНЬЕ диета | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 427.00 | 8.26 | 7.07 | 58.77 | 340.11 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 149 | 5,42 | 8,41 | 35,66 | 242,8 |
| | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ | 50 | 0,2 | 0 | 4,6 | 19,9 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ диета | 110 | 3,09 | 4,11 | 22,37 | 83,41 |
| | МЯСО ОТВАРНОЕ диета | 50 | 2,51 | 17,91 | 0 | 153,4 |
| Итого за ужин 1 | | 584.00 | 13.95 | 30.87 | 84.32 | 599.02 |
| Итого за день | | 2222.00 | 52.31 | 84.03 | 306.31 | 2131.46 |
| | | 0 | | | | |

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