

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
07.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	195	4,83	5,85	21,2	157,78
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	БАТОН	46	3,44	0,45	23,09	117,89
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		434.00	12.07	11.17	55.70	367.20
Завтрак 2	ГРУША	98	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак 2		98.00	0.40	0.30	10.30	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		717.00	18.02	18.74	81.73	595.91
Полдник	СНЕЖОК	203	5,6	5	22	154
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		233.00	7.37	6.40	44.50	263.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	59	3	4,5	4,12	69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,69	102,34
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	БАТОН	32	2,79	0,4	17,2	83,3
Итого за ужин 1		500.00	12.73	12.94	38.30	382.88
Итого за день		1985.00	50.59	49.55	230.53	1656.79

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	БАТОН	40	3,05	0,4	20,52	104,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		378.00	9.41	8.28	48.24	299.43
Завтрак 2	ГРУША	94	0,37	0,29	9,79	44,64
Итого за завтрак 2		94.00	0.37	0.29	9.79	44.64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		588.00	14.61	15.04	65.78	479.33
Полдник	СНЕЖОК	182	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		212.00	6.81	5.90	42.30	248.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	БАТОН	19	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за ужин 1		388.00	8.75	9.15	26.60	256.71
Итого за день		1663.00	39.95	38.66	192.71	1328.51

Исполнитель: Заведующий складом (Шихова О. Н.)

Шеф-повар (Очагова А. А.)