

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
19.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4.95	6	21.74	161.83
	БАТОН	44	3.44	0.45	23.09	117.89
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0	47.47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2.83	3.11	13.52	89.62
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	39	5.09	4.59	0.3	63
Итого за завтрак 1		476.00	19.31	18.02	58.65	479.81
Завтрак 2	ГРУША	94	0.4	0.3	10.3	47
Итого за завтрак 2		94.00	0.40	0.30	10.30	47.00
На весь день		3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0.9	3	3.9	47.9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5.12	3.6	14.88	112.8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	148	3.59	4.57	37.33	204.35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	88	12.69	10.69	6.57	181.57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.79	0.4	20.2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		725.00	25.09	22.26	92.58	683.32
Полдник	ЙОГУРТ	199	5.8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
Итого за полдник		229.00	7.57	6.40	44.50	265.80
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	58	0.48	0	0.96	7.92
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3.07	4.16	27.65	131.85
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17.47	14.36	7.35	228.56
	БАТОН	35	2.79	0.4	17.2	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		502.00	23.85	18.92	62.31	488.41
Итого за день		2029.00	76.22	65.90	268.34	1964.34

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	145	3.59	4.35	15.77	117.32
	БАТОН	34	2.79	0.4	17.2	83.3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1.85	2.38	0	29.21
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2.36	2.59	11.27	74.68
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	39	5.09	4.59	0.3	63
Итого за завтрак 1		376.00	15.68	14.31	44.54	367.51
Завтрак 2	ГРУША	89	0.37	0.29	9.79	44.64
Итого за завтрак 2		89.00	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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.59	2	2.6	31.93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4.61	3.24	13.39	101.52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	118	2.87	3.66	29.86	163.48
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	67	9.7	8.18	5.03	138.83
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		595.00	19.97	17.48	75.16	546.41
Полдник	ЙОГУРТ	180	5.22	4.5	19.8	140.4
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
Итого за полдник		210.00	6.99	5.90	42.30	250.20
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0.32	0	0.64	5.28
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2.46	3.33	22.12	105.48
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13.1	10.77	5.51	171.42
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		392.00	17.41	14.35	48.75	372.33
Итого за день		1665.00	60.42	52.33	226.54	1581.09

Исполнитель: Заведующий складом (Шихова О. Н.)
Шеф-повар (Очагова А. А.)