

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	42	3,05	0,4	20,52	104,79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		447,00	11,69	14,47	58,62	418,54
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,98	4,01	4,01	50,96
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		719,00	15,98	27,98	77,49	641,33
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		227,00	5,63	4,90	33,12	201,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	4,1	2,3	50,6
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	33	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		423,00	14,89	18,02	22,53	317,60
Итого за день		1919,00	48,59	65,77	201,56	1625,57

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	36	2,79	0,4	17,2	83,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		371.00	9.76	12.40	48.14	343.09
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,65	2,67	2,67	33,97
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		589.00	12.62	21.29	63.06	506.97
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		193.00	5,05	4,41	20.28	142.47
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,06	1,6	27,86
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	БАТОН	22	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		342.00	12.30	14.07	16.05	243.51
Итого за день		1593.00	40.13	52.57	156.83	1280.69

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