

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	42	3,44	0,45	23,09	117,89
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		486.00	16.48	16.79	55.14	444.89
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
на весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		719.00	27.69	27.18	65.02	653.04
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		218.00	5.62	4.90	25.18	169.00
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	36	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ГРУША	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за ужин 1		575.00	30.76	18.54	66.18	556.12
Итого за день		2201.00	81.55	67.61	231.31	1909.05

Исполнитель: Заведующий складом (Шихова О. Н.)

Шеф-повар: (Очагова А. А.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		408.00	14.34	15.25	43.68	368.78
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0.5	0.1	9.89	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.89	43.00
на весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0.64	2.04	3.08	32.96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1.95	2.96	6.42	59.96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12	112.93
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13.1	10.77	5.51	171.42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		587.00	20.23	20.11	51.29	487.92
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,01	0	7,94	32,1
Итого за полдник		188.00	5.05	4.41	16.31	126.42
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	131	22.66	10.89	22.51	280.29
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	ГРУША	95	0,37	0,29	9,79	44,64
Итого за ужин 1		472.00	25.46	14.81	53.47	450.29
Итого за день		1758.00	65.58	54.68	174.64	1476.41

Исполнитель: Заведующий складом (Шихова О. Н.)

Шеф-повар: (Очагова А. А.)