

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	202	5	6,06	21,96	163,45
	БАТОН	46	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)	40	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		481,00	19,36	18,08	58,87	481,43
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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,66	53,46
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	61	10,6	3,85	2,81	91,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		750,00	23,88	19,86	97,68	670,56
Полдник	СНЕЖОК	200	5,6	5	22	154
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		230,00	7,37	6,40	44,50	263,80
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	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	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за ужин 1		604,00	24,25	19,32	72,11	535,41
Итого за день		2268,00	75,86	63,86	292,95	2037,20

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	35	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)	40	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		383,00	15,80	14,46	45,08	371,56
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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	10,08	3,66	2,67	87
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		619,00	20,92	15,66	79,22	545,65
Полдник	СНЕЖОК	180	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210,00	6,81	5,90	42,30	248,40
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	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	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за ужин 1		489,00	17,81	14,75	58,05	416,98
Итого за день		1804,00	61,84	50,87	234,54	1625,59

Исполнитель: Заведующий отделом (Шихова О. Н.)
Шеф-повар (Чуракова С. А.)