

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Чуракова С. А.)  
18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                                        | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценност<br>ь |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-----------------|
|                       |                                                           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                 |
| 21.07.2025            |                                                           |           |                  |       |          |                 |
| Завтрак 1             | КАША "АССОРТИ"                                            | 205       | 5,24             | 5,67  | 26,89    | 177,8           |
|                       | БАТОН                                                     | 42        | 3,44             | 0,45  | 23,09    | 117,89          |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                            | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5            |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                          | 199       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7           |
| Итого за завтрак 1    |                                                           | 451.00    | 11.93            | 12.97 | 65.73    | 433.89          |
| 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 59        | 0.6              | 3.9   | 4        | 55.2            |
|                       | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                                  | 200       | 2,16             | 3,44  | 13,44    | 93,6            |
|                       | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)                            | 150       | 3,07             | 4,16  | 27,65    | 131,85          |
|                       | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)                           | 80        | 7,13             | 27.85 | 1,09     | 319,02          |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                               | 49        | 2,79             | 0,4   | 20,2     | 98              |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                          | 180       | 0,1              | 0     | 9,5      | 38,65           |
| Итого за обед         |                                                           | 717.00    | 16.05            | 39.75 | 75.88    | 736.32          |
| Полдник               | СНЕЖОК                                                    | 199       | 5,6              | 5     | 22       | 154             |
|                       | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                                        | 70        | 4,48             | 3,72  | 36,01    | 204,81          |
| Итого за полдник      |                                                           | 269.00    | 10.08            | 8.72  | 58.01    | 358.81          |
| Ужин 1                | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                      | 150       | 12,88            | 11,74 | 20,25    | 272,88          |
|                       | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО                                          | 21        | 1,99             | 2,37  | 16,3     | 20,37           |
|                       | БАТОН                                                     | 36        | 2,79             | 0,4   | 17,2     | 83,3            |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                            | 180       | 0,12             | 0.03  | 0,04     | 0.91            |
| Итого за ужин 1       |                                                           | 386.00    | 17.78            | 14.54 | 53.79    | 377.46          |
| Итого за день         |                                                           | 2026.00   | 56.84            | 76.18 | 273.20   | 1992.48         |

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Чуракова С. А.)  
18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                                        | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценност<br>ь |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-----------------|
|                       |                                                           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                 |
| 21.07.2025            |                                                           |           |                  |       |          |                 |
| Завтрак 1             | КАША 'АССОРТИ'                                            | 149       | 3,61             | 3,79  | 21,34    | 127,76          |
|                       | БАТОН                                                     | 33        | 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           |
| Итого за завтрак 1    |                                                           | 366.00    | 9.33             | 10.77 | 52.72    | 339.19          |
| 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 39        | 0,44             | 2,58  | 2,3      | 35,02           |
|                       | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                                  | 180       | 1,94             | 3,1   | 12,1     | 84,24           |
|                       | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)                            | 120       | 2,46             | 3,33  | 22,12    | 105,48          |
|                       | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)                           | 60        | 5,35             | 20,89 | 0,82     | 239,27          |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                               | 39        | 2,2              | 0,4   | 16,2     | 78,4            |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                          | 150       | 0,08             | 0     | 7,92     | 32,21           |
| Итого за обед         |                                                           | 587.00    | 12.47            | 30.30 | 61.46    | 574.62          |
| Полдник               | СНЕЖОК                                                    | 180       | 5,04             | 4,5   | 19,8     | 138,6           |
|                       | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                                        | 50        | 3,2              | 2,66  | 25,72    | 146,29          |
| Итого за полдник      |                                                           | 230.00    | 8.24             | 7.16  | 45.52    | 284.89          |
| Ужин 1                | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                      | 130       | 12,68            | 12,2  | 18,69    | 247,31          |
|                       | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО                                          | 21        | 1,99             | 2,37  | 16,3     | 20,37           |
|                       | БАТОН                                                     | 26        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5            |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                            | 150       | 0,1              | 0,03  | 0,03     | 0,76            |
| Итого за ужин 1       |                                                           | 326.00    | 16.27            | 14.85 | 47.87    | 327.94          |
| Итого за день         |                                                           | 1712.00   | 47.31            | 63.28 | 227.36   | 1612.64         |

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