

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	41	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 ВАРЕННЫЕ (40 гр)	39	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		485,00	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 'ДЕТСКИЕ ГОДЫ'	60	0,9	6,02	2,63	68,47
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	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	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	36,7
Итого за обед		720,00	16,23	32,14	63,96	642,14
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		232,00	5,63	4,90	33,12	201,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	152	26,68	12,81	26,49	329,92
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	36,5
	БАТОН	27	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого за ужин 1		569,00	31,78	18,69	64,50	558,63
Итого за день		2209,00	71,12	72,72	236,51	1932,76

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3.53	3.68	12	94.35
	БАТОН	32	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 ВАРЕННЫЕ (40 гр)	39	5.09	4.59	0.3	63
Итого за завтрак 1		406.00	14.34	15.25	43.68	368.78
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 'ДЕТСКИЕ ГОДЫ'	40	0.6	4.01	1.75	45.65
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1.95	2.96	6.42	59.96
	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	40	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		590.00	11.65	23.53	50.62	477.47
Полдник	МОЛОКО	181	5.04	4.41	8.37	94.32
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0.01	0	11.91	48.15
Итого за полдник		196.00	5.05	4.41	20.28	142.47
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.47	2.03	6.92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	131	23.01	11.06	22.86	284.64
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.36	1.32	1.37	23.1
	БАТОН	20	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0.1	0.03	0.03	0.76
	АПЕЛЬСИН	95	0.79	0.16	7.28	38.58
Итого за ужин 1		466.00	26.23	14.85	51.31	448.58
Итого за день		1861.00	58.27	58.24	185.68	1523.30

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