

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	197	5,04	5,44	25,84	170,87
	БАТОН	42	3,05	0,4	20,52	104,79
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
Итого за завтрак 1		453,00	13,35	15,47	61,28	448,48
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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	4,09	1,5	45,5
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	СУФЛЕ ИЗ КУР	78	14,17	18,25	3,44	234,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		714,00	27,61	34,22	55,80	660,92
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		662,00	21,98	18,82	90,81	622,43
ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	БАТОН	39	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
Итого за ужин 1		509,00	22,63	19,63	46,65	480,40
Итого за день		2441,00	85,97	88,54	264,34	2259,23

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	3.61	3.79	21.34	127.76
	БАТОН	31	2.29	0.3	15.39	78.59
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2.17	1.88	11.15	74.1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1.62	2.09	0	25.56
Итого за завтрак 1		343.00	9.74	12.21	47.93	343.51
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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0.27	2.67	1.16	30.4
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6.12	7.56	7.65	132.75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2.6	2.46	10.13	77.26
	СУФЛЕ ИЗ КУР	60	10.63	13.69	2.58	176.02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.08	0	7.92	32.21
Итого за обед		582.00	21.90	26.78	45.64	527.04
Полдник	КЕФИР	184	5.39	0.18	7.19	55.75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73	178.92
Итого за полдник		234.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0.47	0.07	1.53	9.6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12	112.93
	БАТОН	31	1.53	0.2	10.26	52.39
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13.1	10.77	5.51	171.42
Итого за ужин 1		401.00	17.47	14.98	36.93	376.99
Итого за день		1658.00	58.18	60.71	174.72	1526.86

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