

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Чуракова С. А.)
28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	197	5,39	7,22	22,35	175,55
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	36	3,05	0,4	20,52	104,79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		438.00	11.69	14.47	58.62	418.54
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	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	146	3,16	3,91	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	181	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		656.00	19.10	29.95	74.63	656.21
Полдник	МОЛОКО	205	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		264.00	7.38	6.30	43.51	261.93
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	45	0,53	0,07	2,65	13,5
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	26	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ЯБЛОКО	96	0,4	0,4	9,8	47
Итого за ужин 1		497.00	15.12	14.39	32.68	327.50
Итого за день		2058.00	54.29	65.31	229.23	1750.18

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	31	2,79	0,4	17,2	83,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		365.00	9.76	12.40	48.14	343.09
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	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	182	2,59	2,06	13,82	84,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	151	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		573.00	17.53	28.94	63.80	591.95
Полдник	МОЛОКО	184	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		214.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	45	0,53	0,07	2,67	13,6
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	ЯБЛОКО	92	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за ужин 1		434.00	12.77	12.48	26.42	273.90
Итого за день		1789.00	47.87	59.83	189.02	1499.06

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