

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алевтина Михайловна)

14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод ы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		475.00	12.63	14.91	56.85	413.59
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 ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	58	3	4,5	4,12	69
	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
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		718.00	22.40	20.96	91.42	658.85
Полдник	КЕФИР	199	6	0,2	8	62,05
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		239.00	8.36	2.07	38.00	208.45
Ужин 1	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,34	9,66	20,43	176,34
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,47	3,74	2,89	74,58
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		438.00	7.60	13.70	47.46	357.26
Итого за день		2073.00	51.99	51.84	253.52	1724.15

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алевтина Михайловна)

14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод ы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	182	4,05	5,32	19,82	143,26
	БАТОН	34	1,76	0,29	15,07	69,76
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		441.00	10.94	14.12	44.04	348.61
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	178	1	0,2	19,81	86,11
Итого за завтрак 2		178.00	1.00	0.20	19.81	86.11
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	38	1,97	2,95	2,7	45,21
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,26	0,32	17,91	79,08
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		627.00	17.87	16.39	78.44	543.61
Полдник	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,95
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		236.00	8.35	2.07	37.99	208.35
Ужин 1	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	130	2,03	8,37	17,71	152,83
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	34	1,78	0,3	15,29	70,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		404.00	6.40	11.46	43.96	314.62
Итого за день		1888.00	44.56	44.24	224.24	1501.30

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)