

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алевтина Михайловна)

20.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углево ды	
22.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	211	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	42	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	210	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		468.00	12.49	13.45	71.00	415.84
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		198.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	200	14,91	13,69	28	297,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	42	0,88	4,25	2,84	53,3
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	181	0,1	0,1	16,19	67,07
Итого за обед		733.00	27.41	25.34	84.33	676.61
Полдник	ЙОГУРТ	184	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		254.00	10.39	13.62	60.82	406.49
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,13	4,56	4,09	64
	ОМЛЕТ	162	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		430.00	11.97	15.07	27.25	312.25
Итого за день		2086.00	63.26	67.68	263.20	1897.19

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алевтина Михайловна)

20.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углево ды	
22.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	189	5,62	5,49	26,6	142,78
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	188	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		412.00	10.35	12.37	56.19	342.26
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	180	13,42	12,32	25,2	267,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,24	0,32	17,76	78,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	28	0,52	2,53	1,69	31,75
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	181	0,1	0,1	16,09	66,62
Итого за обед		641.00	23.90	20.77	73.25	577.65
Полдник	ЙОГУРТ	148	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		198.00	9.08	11.16	49.73	334.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	41	0,75	3,04	2,73	42,67
	ОМЛЕТ	142	7,52	8,82	4,47	142,98
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		398.00	10.48	12.24	25.23	269.77
Итого за день		1852.00	54.81	56.74	224.20	1610.60

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)