

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Нечаева Алевтина Михайловна)

23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | |
|-----------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 24.07.2025 | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 179 | 4,85 | 6,49 | 20,1 |
| | БАТОН | 28 | 1,83 | 0,3 | 15,64 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 178 | 2,61 | 2,25 | 13,37 |
| Итого за завтрак 1 | | 390.00 | 9.34 | 13.19 | 49.16 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 |
| Итого за завтрак 2 | | 200.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 |
| На весь день | Соль йодированная | 2 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 2.00 | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 40 | 0,67 | 2,67 | 3 |
| | СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 181 | 2,81 | 3,67 | 7,28 |
| | ПЛОВ С КУРОЙ | 177 | 17,17 | 15,67 | 29,65 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 28 | 2,24 | 0,32 | 17,76 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА | 180 | 0,17 | 0,07 | 12,94 |
| Итого за обед | | 606.00 | 23.06 | 22.40 | 70.63 |
| Полдник | ЙОГУРТ | 137 | 5,8 | 5 | 22 |
| | ПРЯНИКИ | 40 | 2,36 | 1,87 | 30 |
| Итого за полдник | | 177.00 | 8.16 | 6.87 | 52.00 |
| Ужин 1 | САЛАТ "ОСЕННИЙ" | 40 | 0,71 | 2,11 | 5,03 |
| | ОМЛЕТ | 160 | 6,68 | 8,19 | 30,4 |
| | БАТОН | 28 | 1,78 | 0,3 | 15,26 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 |
| Итого за ужин 1 | | 408.00 | 9.21 | 10.60 | 59.84 |
| Итого за день | | 1783.00 | 50.77 | 53.26 | 251.43 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылежанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Гичаева /
 Михайловна)
 23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | |
|-----------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 24.07.2025 | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 203 | 5,39 | 7,22 | 22,35 |
| | БАТОН | 44 | 3 | 0,5 | 25,7 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 202 | 2,9 | 2,5 | 14,87 |
| Итого за завтрак 1 | | 454.00 | 11.34 | 14.37 | 62.97 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 |
| Итого за завтрак 2 | | 200.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60 | 1 | 4 | 4,5 |
| | СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 197 | 3,12 | 4,08 | 8,08 |
| | ПЛОВ С КУРОЙ | 201 | 19,11 | 17,44 | 33 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 2,8 | 0,4 | 22,2 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА | 180 | 0,17 | 0,07 | 12,94 |
| Итого за обед | | 683.00 | 26.20 | 25.99 | 80.72 |
| Полдник | ЙОГУРТ | 165 | 5,8 | 5 | 22 |
| | ПРЯНИКИ | 40 | 2,36 | 1,87 | 30 |
| Итого за полдник | | 205.00 | 8.16 | 6.87 | 52.00 |
| Ужин 1 | САЛАТ `ОСЕННИЙ` | 60 | 1,07 | 3,16 | 7,55 |
| | ОМЛЕТ | 180 | 7,52 | 9,21 | 34,2 |
| | БАТОН | 25 | 1,75 | 0,29 | 14,99 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 |
| Итого за ужин 1 | | 445.00 | 10.38 | 12.66 | 65.89 |
| Итого за день | | 1990.00 | 57.08 | 60.09 | 281.38 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)
 Шеф-повар: _____ (Кирилловых Ю.В.)

| |
|-------------|
| Эн.ценность |
| |
| 157,91 |
| 72,43 |
| 37,5 |
| 88,82 |
| 356.66 |
| 86 |
| 86.00 |
| 0 |
| |
| 38,6 |
| |
| 75,64 |
| 330,64 |
| 78,4 |
| 52,48 |
| 575.76 |
| 156 |
| 146,4 |
| 302.40 |
| 42,04 |
| 222,77 |
| 70,68 |
| 36,78 |
| 372.27 |
| 1693.09 |

члвтина

| |
|-------------|
| Эн.ценность |
| |
| 175,55 |
| 119 |
| 37,5 |
| 98,8 |
| 430.85 |
| 86 |
| 86.00 |
| 0 |
| |
| 57,9 |
| |
| 84 |
| 368 |
| 98 |
| 52,48 |
| 660.38 |
| 156 |
| 146,4 |
| 302.40 |
| 63,06 |
| 250,62 |
| 69,42 |
| 36,78 |
| 419.88 |
| 1899.51 |