

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Нечаева Алевтина Михайловна)

30.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	171	4,85	6,5	20,12	158
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	28	1,78	0,3	15,26	70,68
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	173	2,6	2,24	13,33	88,56
Итого за завтрак 1		417.00	14.36	17.55	49.06	417.54
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,06	1,6	27,86
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	168	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	45	8,1	11,5	0	142,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,22	0,32	16,08	78
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		602.00	19.82	24.11	45.81	503.65
Полдник	МОЛОКО	184	5,59	4,89	9,28	104,55
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		204.00	5.61	4.89	25.16	168.75
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	40	0,48	3,92	3,68	52,08
	БАТОН	28	1,75	0,29	14,99	69,42
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		438.00	18.91	19.95	71.96	469.37
Итого за день		1863.00	59.70	66.70	211.78	1645.31

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Кирилловых Ю.В.)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	184	5,39	7,22	22,35	175,55
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	45	3,05	0,51	26,11	120,92
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	169	2,61	2,25	13,37	88,81
Итого за завтрак 1		443.00	16.18	18.49	62.18	485.58
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4	41,79
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	177	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	77	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		687.00	23.75	29.46	52.42	598.02
Полдник	МОЛОКО	174	5,62	4,92	9,34	105,2
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		194.00	5.64	4.92	25.22	169.40
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	БАТОН	27	1,84	0,31	15,77	73,02
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		487.00	24.01	25.27	80.71	559.98
Итого за день		2014.00	70.58	78.34	240.32	1898.98

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Кирилловых Ю.В.)