



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Суворова И.Б.)
 04.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 8	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 8	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		20	4,62	5,96	0	73,03
Завтрак 2	ЯБЛОКО	889.00	25.16	28.10	106.19	779.95
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		200	0,13	0,03	0,04	1,01
На весь день	Соль йодированная	300.00	0.53	0.43	9.84	48.01
Итого за на весь день		3	0	0	0	0
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	3.00				
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	60	0,31	2,97	4,67	44,23
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	2,92	4,92	15	141,14
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	БАТОН	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ПОДЛИВ гр 8	180	0	0	9,7	38,7
	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ гр 8	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	Итого за обед		150	2,69	6,26	3,13
Полдник	МОЛОКО	947.00	16.85	29.17	73.65	695.78
	ПЕЧЕНЬЕ	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	60	0,06	0	47,64	192,6
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		50	0,05	0	39,7	160,5
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	510.00	5.84	4.93	96.68	458.91
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	60	0,7	3,05	10,38	63
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	145	26,15	12,56	25,97	323,41
	БАТОН	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр 8	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ гр 8	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБЦЫ гр 8	60	0,9	3	3,9	47,9
Итого за ужин 1		30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за день		739.00	43.14	45.41	91.01	943.29
		3388.00	91.52	108.04	377.37	2925.94

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)
 Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Суворова И.Б.)

04.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		399.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,21	1,98	3,11	29,49
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25	
Итого за обед		637.00	10.01	16.93	55.45	442.23
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	127	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		396.00	25.04	15.02	41.74	397.76
Итого за день		1735.00	53.55	51.63	170.57	1390.29

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)