



УТВЕРЖДАЮ  
 заведующий \_\_\_\_\_ (Суворова)  
 И.Б.У.  
 28.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак к 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 8	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	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		828.00	20.39	20.98	114.86	728.01
Завтрак к 2	ЯБЛОКО	101	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		301.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр 8	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за обед		893.00	32.72	53.32	74.28	909.46
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11	243
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 8	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		499.00	12.73	14.92	64.02	460.41
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ гр 8	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ гр 8	80	16,44	8,84	5,44	167,45
	ХЛЕБЦЫ гр 8	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		692.00	34.70	35.15	96.92	762.42
Итого за день		3218.00	101.94	124.97	379.68	2993.30

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



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Суворова И.Б.)  
 28.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		358.00	9.00	11.13	45.80	318.51
Завтрак 2	ЯБЛОКО	96	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		296.00	1.40	0.60	29.10	130.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		558.00	17.90	22.12	52.54	480.51
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		230.00	8.35	11.25	29.88	267.89
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		413.00	12.06	17.18	31.96	346.53
Итого за день		1857.00	48.71	62.28	189.28	1544.09

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