



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 8	180	4,31	5,48	44,8	245,22
	ХЛЕБЦЫ гр 8	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		595.00	21.39	23.36	100.88	718.22
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,85	86,3
Итого за завтрак 2		194.00	1.00	0.20	19.85	86.30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	198	6,8	8,4	8,5	147,5
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	77	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,4	0,34	19,03	84
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЩИ гр 8	200	2,32	3,28	4,16	55,2
Итого за обед		964.00	27.79	40.17	86.49	733.37
Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	47	2,03	0,76	29,34	131,98
	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		478.00	10.52	1.41	61.94	306.53
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	70	13,25	27,84	0,78	292,75
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,92	0,27	15,22	67,2
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ гр 8	60	1	4,1	4,5	58,9
Итого за ужин 1		560.00	20.49	38.45	49.52	613.79
Итого за день		2796.00	81.19	103.59	318.68	2458.21

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

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		367.00	14.70	17.95	33.00	368.23
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,85	86,3
Итого за завтрак 2		194.00	1.00	0.20	19.85	86.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	57	5,88	3,47	0,48	101,59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		609.00	17.79	20.27	64.62	483.84
Полдник	КЕФИР	181	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	38	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		219.00	6.99	0.78	30.29	159.65
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,46	0,21	11,48	51,13
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		430.00	16.13	28.65	36.11	456.66
Итого за день		1820.00	56.61	67.85	183.87	1554.68

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)