



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Суворова И.Б.)

25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	26	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
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 3,7,8,9	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		686.00	14.83	16.79	54.50	430.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	206	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 6,7	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		406.00	1.13	0.23	19.84	87.01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	47	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	6,67	7,97	27,39	208,16
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0	0	9,7	38,7
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 3,7,8,9	150	6,67	7,97	27,39	208,16
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 6,7	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		941.00	30.88	49.77	109.32	993.32
Полдник	МОЛОКО	215	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	37	0,05	0	41,97	169,67
Итого за полдник		252.00	5.65	4.90	51.27	274.47
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	155	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	38	2,22	0,37	19,02	88,23
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	203	0,89	1,12	12,73	49,14
Итого за ужин 1		524.00	23.21	25.23	71.44	587.09
Итого за день		2812.00	75.70	96.92	306.37	2372.36

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	26	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
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
Итого за завтрак 1		392.00	10.72	13.00	45.22	340.62
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	185	0,9	0,18	17,78	77,23
Итого за завтрак 2		185.00	0.90	0.18	17.78	77.23
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	31	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	5,33	6,37	21,91	166,53
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		534.00	18.90	31.90	65.85	617.91
Полдник	МОЛОКО	193	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	22	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		215.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	52	0,67	2,73	3	39,27
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	182	0,8	0,99	11,39	43,97
Итого за ужин 1		450.00	20.00	21.78	61.03	503.64
Итого за день		1779.00	55.59	71.27	222.07	1730.02

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)