

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  (Трубицина Т.В.)  
28.02.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи                 | Наименование блюда                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценность |
|----------------------------|------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
|                            |                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |              |
| 03.03.2025                 |                                                |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ                          | 149       | 6,2              | 6,87  | 29,51    | 205,11       |
|                            | БАТОН                                          | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                 | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5         |
|                            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                               | 179       | 2,88             | 2,43  | 14,13    | 90,63        |
|                            | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ                       | 150       | 6,53             | 6,53  | 37,34    | 233,66       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
| Итого за завтрак 1         |                                                | 688.00    | 17.16            | 20.23 | 102.68   | 661.70       |
| Завтрак 2                  | СОК (фруктовый/овощной)                        | 200       | 1                | 0,2   | 19,8     | 86           |
| Итого за завтрак 2         |                                                | 200.00    | 1.00             | 0.20  | 19.80    | 86.00        |
| На весь день               | Соль йодированная                              | 3         | 0                | 0     | 0        | 0            |
| Итого за на весь день      |                                                | 3.00      |                  |       |          |              |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 40        | 0,59             | 2     | 2,6      | 31,93        |
|                            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                       | 173       | 1,94             | 3,1   | 12,1     | 84,24        |
|                            | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)                 | 120       | 2,46             | 3,33  | 22,12    | 105,48       |
|                            | СУФЛЕ ИЗ КУР                                   | 59        | 10,63            | 13,69 | 2,58     | 176,02       |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 31        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8         |
|                            | БАТОН                                          | 20        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6         |
|                            | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА                        | 150       | 0,14             | 0,06  | 10,78    | 43,73        |
|                            | МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)                        | 60        | 3,01             | 21,49 | 0        | 184,13       |
| Итого за обед              |                                                | 653.00    | 21.65            | 44.11 | 73.78    | 731.93       |
| Полдник                    | МОЛОКО                                         | 126       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32        |
|                            | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                             | 50        | 3,2              | 2,66  | 25,72    | 146,29       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
|                            | ПЕЧЕНЬЕ                                        | 20        | 0,02             | 0     | 15,88    | 64,2         |
| Итого за полдник           |                                                | 376.00    | 8.26             | 7.07  | 58.77    | 340.11       |
| Ужин 1                     | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                                 | 120       | 1,85             | 2,68  | 8,58     | 73,2         |
|                            | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)                          | 40        | 5,08             | 4,36  | 0,3      | 62,8         |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 21        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2         |
|                            | БАТОН                                          | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
|                            | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                  | 179       | 0,8              | 1     | 11,41    | 44,06        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
| Итого за ужин 1            |                                                | 565.00    | 10.35            | 8.45  | 50.74    | 314.06       |
| Итого за день              |                                                | 2485.00   | 58.42            | 80.06 | 305.77   | 2133.80      |
| Среднее значение за период |                                                | 2485.00   | 58.42            | 80.06 | 305.77   | 2133.80      |

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

|  |  |  |                  |  |
|--|--|--|------------------|--|
|  |  |  | Пищевые вещества |  |
|--|--|--|------------------|--|

| Прием пищи                 | Наименование блюда             | Вес блюда | Белки | Жиры  | Углеводы | Эн.ценность |
|----------------------------|--------------------------------|-----------|-------|-------|----------|-------------|
| 03.03.2025                 |                                |           |       |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ          | 199       | 8,26  | 9,16  | 39,35    | 273,48      |
|                            | БАТОН                          | 25        | 1,5   | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                 | 5         | 0,05  | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК               | 199       | 3,2   | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
| Итого за завтрак 1         |                                | 428.00    | 13.01 | 16.26 | 67.95    | 471.18      |
| Завтрак 2                  | СОК (фруктовый/овощной)        | 194       | 1     | 0,2   | 19,8     | 86          |
| Итого за завтрак 2         |                                | 194.00    | 1.00  | 0.20  | 19.80    | 86.00       |
| На весь день               | Соль йодированная              | 3         | 0     | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                | 3.00      |       |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РА  | 60        | 0,9   | 3     | 3,9      | 47,9        |
|                            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ       | 192       | 2,16  | 3,44  | 13,44    | 93,6        |
|                            | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант) | 150       | 3,07  | 4,16  | 27,65    | 136,8       |
|                            | СУФЛЕ ИЗ КУР                   | 79        | 14,17 | 18,25 | 3,44     | 234,69      |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 31        | 1,68  | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                            | БАТОН                          | 20        | 1,2   | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
|                            | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА        | 180       | 0,17  | 0,07  | 12,94    | 52,48       |
| Итого за обед              |                                | 712.00    | 23.35 | 29.36 | 84.97    | 671.87      |
| Полдник                    | МОЛОКО                         | 141       | 5,6   | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                            | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ             | 50        | 3,2   | 2,66  | 25,72    | 146,29      |
| Итого за полдник           |                                | 191.00    | 8.80  | 7.56  | 35.02    | 251.09      |
| Ужин 1                     | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                 | 150       | 2,27  | 3,35  | 10,73    | 91,5        |
|                            | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)          | 40        | 5,08  | 4,36  | 0,3      | 62,8        |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 21        | 1,12  | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
|                            | БАТОН                          | 35        | 2,1   | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                            | ЧАЙ С МОЛОКОМ                  | 198       | 0,89  | 1,11  | 12,68    | 48,96       |
| Итого за ужин 1            |                                | 444.00    | 11.46 | 9.33  | 50.50    | 325.76      |
| Итого за день              |                                | 1972.00   | 57.62 | 62.71 | 258.24   | 1805.90     |
| Среднее значение за период |                                | 1972.00   | 57.62 | 62.71 | 258.24   | 1805.90     |

Исполнитель: Медсестра\_\_\_\_\_ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:\_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)