

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

19.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	26	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 ДРУЖБА НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	150	2,31	4,62	19,5	129,23
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		689.00	11.04	15.16	73.52	476.39
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 МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	29	0,77	2,8	3,04	40,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за обед		697.00	22.20	27.65	62.02	602.19
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за полдник		389.00	6.81	5.81	39.67	239.41
Ужин 1	САЛАТ `ЗИМНИЙ`	39	1,07	2,4	4,6	43,47
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (+алл)	150	18,73	7,62	20,61	225,83
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	169	0,2	0,2	13,94	67,18
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ	32	1,18	0,13	2,61	15,67
Итого за ужин 1		445.00	23.04	11.92	55.98	434.75
Итого за день		2423.00	64.09	60.74	250.99	1838.74
Среднее значение за период		2423.00	64.09	60.74	250.99	1838.74

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	26	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		429.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	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 МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ	65	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	49	1,3	4,73	5,13	68,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		737.00	23.71	37.84	74.12	673.85
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		248.00	8.57	6.50	42.08	262.20
Ужин 1	САЛАТ `ЗИМНИЙ`	58	1,6	3,6	6,9	65,2
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,98	10,16	27,48	301,11
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	187	0,22	0,22	15,43	74,33
Итого за ужин 1		530.00	29.50	16.53	70.10	562.44
Итого за день		2144.00	73.27	73.13	258.96	1947.82
Среднее значение за период		2144.00	73.27	73.13	258.96	1947.82

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)