

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
(Наумова Алина Геннадьевна)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	126	12.68	12.2	18.69	247.31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1.99	2.37	16.3	20.37
	БАТОН	25	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		365.00	16.33	19.00	47.93	365.50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	28	0.47	2.73	1.53	33.73
	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	50	4.9	2.89	0.4	84.66
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.24	0.32	17.76	78.4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		617.00	14.11	14.84	61.85	426.89
Полдник	КЕФИР	180	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		200.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.46	2.67	3.67	40.67
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2.6	2.46	10.13	77.26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	58	11.36	23.87	0.67	250.93
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за ужин 1		433.00	16.52	29.35	41.26	487.46
Итого за день		1718.00	52.77	63.77	183.91	1446.80
Среднее значение за период		1718.00	52.77	63.77	183.91	1446.80

Исполнитель: Кладовщик _____ (Марчукайтис М.В.)
Шеф-повар: _____ (Быданцева О.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
(Наумова Алина Геннадьевна)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сады

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	146	12.88	11.75	20.25	253.88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1.99	2.37	16.3	20.37
	БАТОН	35	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
Итого за завтрак 1		395.00	17.13	18.65	54.63	395.87
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	42	0.7	4.1	2.3	50.6
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3.52	4.05	8.88	97.52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	148	4.22	5.61	30.5	113.74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	9.45	13.41	0	166.47
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5	33.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2.79	0.4	20.2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.78	43
Итого за обед		761.00	21.08	29.47	76.16	603.03
Полдник	КЕФИР	200	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		220.00	6.01	0.20	23.87	126.14
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0.69	4	5.5	61
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3.25	3.08	12.67	96.58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	78	15.14	31.82	0.89	334.57
	БАТОН	44	3.44	0.45	23.09	117.89
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за ужин 1		512.00	22.52	39.35	50.95	645.34
Итого за день		1991.00	67.14	88.07	215.41	1817.38
Среднее значение за период		1991.00	67.14	88.07	215.41	1817.38

Исполнитель: Кладовщик _____ (Марчукайтис М.В.)
Шеф-повар: _____ (Быданцева О.М.)