

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_  
(Наумова Алина Геннадьевна)  
10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
**Категория: Ясли**

| Прием пищи                 | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| <b>11.03.2025</b>          |                                    |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ              | 144       | 5.42             | 6.18  | 23.96    | 172.91      |
|                            | БАТОН                              | 25        | 1.5              | 0.25  | 12.85    | 59.5        |
|                            | СЫР ПОРЦИЯМИ                       | 8         | 1.85             | 2.38  | 0        | 29.21       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 180       | 0                | 0     | 8.8      | 35.3        |
| Итого за завтрак 1         |                                    | 357.00    | 8.77             | 8.81  | 45.61    | 296.92      |
| Завтрак 2                  | ЯБЛОКО                             | 95        | 0.4              | 0.4   | 9.3      | 44.65       |
| Итого за завтрак 2         |                                    | 95.00     | 0.40             | 0.40  | 9.30     | 44.65       |
| На весь день               | Соль йодированная                  | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                    | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ | 40        | 2                | 3     | 2.75     | 46          |
|                            | ЩИ                                 | 179       | 2.09             | 2.95  | 3.74     | 49.68       |
|                            | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 109       | 2.86             | 4.03  | 28.65    | 92.62       |
|                            | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ              | 59        | 5.92             | 5.92  | 2.39     | 102         |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 40        | 2.24             | 0.32  | 17.6     | 78.4        |
|                            | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                    | 180       | 0.18             | 0.09  | 13.96    | 57.15       |
| Итого за обед              |                                    | 607.00    | 15.29            | 16.31 | 69.09    | 425.85      |
| Полдник                    | МОЛОКО                             | 180       | 5.04             | 4.41  | 8.37     | 94.32       |
|                            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                | 48        | 4.92             | 7.08  | 22.84    | 181.52      |
| Итого за полдник           |                                    | 228.00    | 9.96             | 11.49 | 31.21    | 275.84      |
| Ужин 1                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                     | 31        | 0.24             | 0     | 0.48     | 3.99        |
|                            | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                     | 118       | 1.85             | 2.68  | 8.58     | 73.2        |
|                            | СУФЛЕ РЫБНОЕ                       | 58        | 2.59             | 2.79  | 2.16     | 55.7        |
|                            | БАТОН                              | 34        | 2.1              | 0.35  | 17.99    | 83.3        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ            | 150       | 0.03             | 0     | 7.63     | 30.65       |
| Итого за ужин 1            |                                    | 391.00    | 6.81             | 5.82  | 36.84    | 246.84      |
| Итого за день              |                                    | 1681.00   | 41.23            | 42.83 | 192.05   | 1290.10     |
| Среднее значение за период |                                    | 1681.00   | 41.23            | 42.83 | 192.05   | 1290.10     |

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_  
(Наумова Алина Геннадьевна)  
10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
**Категория: Сад**

| Прием пищи                 | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| <b>11.03.2025</b>          |                                    |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ              | 193       | 7.22             | 8.24  | 31.94    | 230.55      |
|                            | БАТОН                              | 35        | 2.1              | 0.35  | 17.99    | 83.3        |
|                            | СЫР ПОРЦИЯМИ                       | 13        | 3                | 3.87  | 0        | 47.47       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 180       | 0                | 0     | 8.8      | 35.3        |
| Итого за завтрак 1         |                                    | 421.00    | 12.32            | 12.46 | 58.73    | 396.62      |
| 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 ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ | 60        | 3                | 4.5   | 4.12     | 69          |
|                            | ЩИ                                 | 199       | 2.32             | 3.28  | 4.16     | 55.2        |
|                            | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 149       | 3.9              | 5.5   | 39.1     | 126.4       |
|                            | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ              | 79        | 7.89             | 7.89  | 3.19     | 136         |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 51        | 2.76             | 0.39  | 21.91    | 96.74       |
|                            | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                    | 200       | 0.2              | 0.1   | 15.51    | 63.5        |
| Итого за обед              |                                    | 738.00    | 20.07            | 21.66 | 87.99    | 546.84      |
| Полдник                    | МОЛОКО                             | 200       | 5.6              | 4.9   | 9.3      | 104.8       |
|                            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                | 48        | 4.92             | 7.08  | 22.84    | 181.52      |
| Итого за полдник           |                                    | 248.00    | 10.52            | 11.98 | 32.14    | 286.32      |
| Ужин 1                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                     | 51        | 0.39             | 0     | 0.79     | 6.51        |
|                            | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                     | 148       | 2.27             | 3.35  | 10.73    | 91.5        |
|                            | СУФЛЕ РЫБНОЕ                       | 78        | 3.66             | 4.1   | 2.7      | 102.35      |
|                            | БАТОН                              | 44        | 3.44             | 0.45  | 23.09    | 117.89      |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ            | 180       | 0.04             | 0     | 9.15     | 36.78       |
| Итого за ужин 1            |                                    | 501.00    | 9.80             | 7.90  | 46.46    | 355.03      |
| Итого за день              |                                    | 2011.00   | 53.11            | 54.40 | 235.12   | 1631.81     |
| Среднее значение за период |                                    | 2011.00   | 53.11            | 54.40 | 235.12   | 1631.81     |

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