

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
(Наумова Алина Геннадьевна)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	150	3.61	3.79	21.34	127.76
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2.61	2.25	13.38	88.92
Итого за завтрак 1		359.00	7.77	10.44	47.62	313.68
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 СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0.44	2.67	1.96	35.11
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2.59	2.06	13.82	84.24
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2.6	2.46	10.13	77.26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6.55	6.33	10.56	121.53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.24	0.32	17.6	78.4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.46	0	11.88	50.67
Итого за обед		620.00	14.88	13.84	65.95	447.21
Полдник	КЕФИР	181	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		201.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	41	0.47	2.03	6.92	42
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	12.68	12.2	18.69	247.31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.87	1.99	27.05
	БАТОН	22	1.36	0.23	11.64	53.9
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		388.00	15.22	16.36	39.28	371.08
Итого за день		1771.00	44.28	41.02	195.72	1337.92
Среднее значение за период		1771.00	44.28	41.02	195.72	1337.92

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
(Наумова Алина Геннадьевна)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	200	5.1	5.5	26.1	172.6
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2.9	2.5	14.87	98.8
Итого за завтрак 1		439.00	10.15	12.50	59.01	392.20
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	202	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		202.00	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 СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0.89	4	4	58.09
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2.88	2.29	15.36	93.6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3.25	3.08	12.67	96.58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9.2	8.7	13.5	176.09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.4	22.2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.51	0	13.2	56.3
Итого за обед		740.00	19.53	18.47	80.93	578.66
Полдник	КЕФИР	201	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		221.00	6.01	0.20	23.87	126.14
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	62	0.7	3.05	10.38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	134	12.88	11.75	20.25	253.88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3.12	3.32	45.08
	БАТОН	28	1.73	0.29	14.82	68.6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0.13	0.03	0.04	1.01
Итого за ужин 1		474.00	16.44	18.24	48.81	431.57
Итого за день		2079.00	53.13	49.61	232.42	1614.57
Среднее значение за период		2079.00	53.13	49.61	232.42	1614.57

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