

УТВЕРЖДАЮ						
Заведующий_____						
(Наумова Алина Геннадьевна)						
28.07.2025						
Меню приготавливаемых блюд						
Категория: Ясли						

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Угледо ы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	149	3.71	4.5	16.31	121.37
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1.62	2.09	0	25.56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	169	2.67	2.94	12.77	84.64
Итого за завтрак 1		350.00	9.50	9.78	41.93	291.07
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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0.48	2.07	3.77	35.64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	179	4.61	3.24	13.39	101.52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	109	2.63	3.35	27.35	149.74
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8.54	7.2	4.43	122.25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.21	0.4	16.21	78.4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		607.00	18.47	16.26	74.85	526.25
Полдник	КЕФИР	179	5.39	0.18	7.19	55.75
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	49	4	2	24	119.98
Итого за полдник		228.00	9.39	2.18	31.19	175.73
Ужин 1	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ`	40	0.64	1.36	2.72	24.8
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	119	2.46	3.33	22.12	105.48
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2.59	2.79	2.16	55.7
	БАТОН	34	2.15	0.36	18.4	85.18
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		402.00	7.87	7.84	53.03	301.81
Итого за день		1790.00	46.23	36.26	220.80	1380.86
Среднее значение за период		1790.00	46.23	36.26	220.80	1380.86

УТВЕРЖДАЮ						
Заведующий_____						
(Наумова Алина Геннадьевна)						
28.07.2025						
Меню приготавливаемых блюд						
Категория: Сад						

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Угледо ы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	199	4.96	6	21.74	161.81
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0	47.47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	178	2.83	3.11	13.52	89.62
Итого за завтрак 1		425.00	12.89	13.33	53.25	382.20
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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0.72	3.1	5.65	53.47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	199	5.12	3.6	14.88	112.8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	149	3.59	4.57	37.33	204.35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	78	11.39	9.6	5.9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.4	22.2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.78	43
Итого за обед		736.00	23.62	21.27	96.74	674.62
Полдник	КЕФИР	199	5.99	0.2	7.99	61.94
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	49	4	2	24	119.98
Итого за полдник		248.00	9.99	2.20	31.99	181.92
Ужин 1	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ`	59	0.96	2.04	4.08	37.2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	149	3.07	4.16	27.65	136.8
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3.66	4.1	2.7	102.35
	БАТОН	43	2.74	0.46	23.44	108.54
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		510.00	10.47	10.76	67.02	421.67
Итого за день		2124.00	57.97	47.76	268.80	1746.41
Среднее значение за период		2124.00	57.97	47.76	268.80	1746.41