

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12.88	11.75	20.25	253.88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.36	1.32	1.37	23.1
	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		397.00	15.50	17.60	39.70	398.60
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		95.00	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 ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0.5	3.1	1.7	36.4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5.17	5.54	8.54	119.82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1	126.4
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	63	12.19	7.43	3.75	131.15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2.18	0.31	15.76	76.44
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		692.00	23.94	21.88	78.55	528.91
Полдник	КЕФИР	186	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0.02	0	15.88	64.2
	БАТОН	28.3	1.7	0.28	14.55	67.35
Итого за полдник		243.30	7.71	0.48	38.42	193.49
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0.69	3.07	3.16	38.02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3.25	3.08	12.67	96.58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	68	13.2	27.74	0.78	291.68
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за ужин 1		488.00	18.82	34.13	38.73	520.38
Итого за день		1918.30	66.37	74.49	205.20	1688.38
Среднее значение за период		1918.30	66.37	74.49	205.20	1688.38

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	12.68	12.2	18.69	247.31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.36	1.32	1.37	23.1
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0.1	0.03	0.03	0.76
Итого за завтрак 1		337.00	14.69	17.95	32.99	368.17
Завтрак 2	ЯБЛОКО	90	0.4	0.4	9.3	44.65
Итого за завтрак 2		90.00	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 СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0.28	2.04	1.15	24.79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4.65	4.99	7.69	107.84
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3.12	4.4	31.28	101.12
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	47	4.3	2.9	3.29	68.19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.4	0.2	11.1	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		562.00	13.75	14.53	62.59	383.19
Полдник	КЕФИР	167	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0.01	0	7.67	30.99
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28	47.6
Итого за полдник		201.00	6.60	0.38	25.14	134.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0.46	2.05	2.11	25.35
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2.6	2.46	10.13	77.26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	53	10.38	21.81	0.61	229.3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.12	0.16	8.8	39.2
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7.33	29.41
Итого за ужин 1		383.00	14.56	26.48	28.98	400.52
Итого за день		1576.00	50.00	59.74	159.00	1330.87
Среднее значение за период		1576.00	50.00	59.74	159.00	1330.87

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()