

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3.38	4.43	16.5	119.25
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2.31	2.98	0	36.52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0.8	1	11.41	44.06
Итого за завтрак 1		365.00	7.99	8.66	40.76	259.33
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	123	0.79	0.16	7.28	38.58
Итого за завтрак 2		123.00	0.79	0.16	7.28	38.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.46	2.67	3.67	40.67
	ЩИ	180	2.09	2.95	3.74	49.68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2.86	4.03	28.67	92.69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5.92	5.92	2.39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1.18	0.17	9.24	41.16
	БАТОН	29	1.74	0.29	14.91	69.02
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		590.00	14.40	16.11	74.25	442.85
Полдник	КЕФИР	177	5.39	0.18	7.19	55.75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73	178.92
Итого за полдник		227.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1.88	7.73	2.79	88.71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.53	3.13	11.4	101.86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2.59	2.79	2.16	55.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		400.00	8.71	13.89	37.30	335.72
Итого за день		1728.00	40.56	45.16	194.51	1311.15
Среднее значение за период		1728.00	40.56	45.16	194.51	1311.15

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4.5	5.9	22	159
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0	47.47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.89	1.11	12.68	48.96
Итого за завтрак 1		438.00	9.89	11.13	47.53	314.93
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	131	0.89	0.2	8.1	43
Итого за завтрак 2		131.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0.69	4	5.5	61
	ЩИ	200	2.32	3.28	4.16	55.2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1	126.4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7.89	7.89	3.19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1.85	0.26	14.65	64.68
	БАТОН	40	2.4	0.4	20.56	95.2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		743.00	19.23	21.42	101.12	595.63
Полдник	КЕФИР	197	5.99	0.2	7.99	61.94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4.59	8.62	38.82	250.49
Итого за полдник		267.00	10.58	8.82	46.81	312.43
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2.82	11.6	4.18	133.07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.17	3.92	14.25	127.33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3.66	4.1	2.7	102.35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		500.00	11.37	19.86	43.60	458.33
Итого за день		2102.00	51.96	61.43	247.16	1724.32
Среднее значение за период		2102.00	51.96	61.43	247.16	1724.32

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