

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ ()  
 29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4.7	4.9	16	125.8
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		470.00	14.53	16.36	44.90	386.30
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 `ЛЕТНИЙ`	60	0.9	2.88	2.52	36.24
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3.55	4.44	8.15	97.18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.92	4.92	15	141.14
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12.19	7.43	3.75	131.15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36.5	2.04	0.29	16.21	71.54
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		731.50	23.10	20.21	68.18	575.45
Полдник	МОЛОКО	200	5.6	4.9	9.3	104.8
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0.02	0	15.7	63.47
Итого за полдник		229.00	5.62	4.90	25.00	168.27
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0.89	3	11.1	75.8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26.15	12.56	25.97	323.41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.87	1.99	27.05
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		456.00	29.85	17.81	57.09	510.38
Итого за день		2089.50	74.10	59.48	214.97	1726.40
Среднее значение за период		2089.50	74.10	59.48	214.97	1726.40

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ ()  
 29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3.53	3.68	12	94.35
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2.88	2.43	14.13	90.63
Итого за завтрак 1		400.00	13.04	14.87	39.33	344.78
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 `ЛЕТНИЙ`	40	0.6	1.92	1.68	24.16
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1.95	2.96	6.42	59.96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12	112.93
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	4.3	2.9	3.29	68.19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.4	0.2	11	49
	БАТОН	26.4	1.58	0.26	13.57	62.83
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		601.40	12.17	12.18	56.04	409.32
Полдник	МОЛОКО	180	5.04	4.41	8.37	94.32
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		209.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.59	2	7.4	50.53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22.66	10.89	22.51	280.29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.87	1.99	27.05
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28	47.6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0.1	0.03	0.03	0.76
Итого за ужин 1		371.00	25.15	14.99	42.21	406.23
Итого за день		1784.40	56.42	46.65	181.63	1404.85
Среднее значение за период		1784.40	56.42	46.65	181.63	1404.85

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()