

УТВЕРЖДАЮ  
и.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Зыкова Елена  
Александровна)  
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	37	3,93	0,51	26,37	134,62
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		440.00	12.57	14.58	64.47	448.37
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,66	4	2,94	52,66
	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200	4,72	2,08	20,24	119,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,51	20,53	99,35
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		763.00	28.63	28.10	84.80	735.76
Полдник	КЕФИР	179	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		249.00	10.58	8.82	46.81	312.43
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	60	1,8	0,2	4	24
	ОМЛЕТ	148	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	21	2,34	0,34	14,45	69,97
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		409.00	15.92	14.13	32.05	316.76
Итого за день		2066.00	68.70	65.83	247.92	1899.32

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Титкина Вера Витальевна)

УТВЕРЖДАЮ  
и.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Зыкова Елена  
Александровна)  
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	174	4,86	6,51	20,15	158,27
	БАТОН	29	2,31	0,3	15,5	79,13
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	175	2,89	2,44	14,16	90,84
Итого за завтрак 1		383.00	10.11	13.40	49.86	365.74
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	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 ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	180	4,25	1,87	18,22	107,28
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	129	2,74	3,39	12,34	110,24
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	12,28	11,73	8,56	188,84
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,22	0,4	16,34	79,08
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		657.00	22.63	21.20	71.40	591.44
Полдник	КЕФИР	145	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		195.00	9.27	6.36	35.72	240.86
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	39	1,21	0,13	2,69	16,14
	ОМЛЕТ	123	10,2	11,77	4,16	162,41
	БАТОН	29	2,45	0,35	15,12	73,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		371.00	13.86	12.25	30.77	287.04
Итого за день		1809.00	56.87	53.41	207.54	1571.08

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Титкина Вера Витальевна)