

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Зыкова Елена
 Александровна)
 02.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	197	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	49	3,06	0,51	26,24	121,48
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	175	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		434.00	13.85	13.49	61.50	420.38
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,78	85,95
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.78	85.95
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,77	43
Итого за обед		740.00	23.80	21.17	94.98	669.05
Полдник	СНЕЖОК	195	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		225.00	5.63	5.00	45.82	250.30
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,52	2,75	2,28	92,57
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		439.00	7.38	7.21	54.07	335.72
Итого за день		2042.00	51.66	47.07	276.15	1761.40

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Зыкова Елена
 Александровна)
 02.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	4,46	5,4	19,57	145,63
	БАТОН	29	1,81	0,3	15,53	71,9
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		402.00	12.10	12.68	48.62	354.62
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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,6	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,22	0,32	17,62	77,77
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		631.00	19.08	16.72	80.09	549.27
Полдник	СНЕЖОК	199	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		229.00	5.63	5.00	45.82	250.30
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2,66	3,61	23,96	118,56
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		399.00	6.34	5.97	49.81	294.34
Итого за день		1864.00	44.15	40.57	244.13	1534.53

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)