

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	201	5,41	7,26	22,46	176,42
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	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		436.00	8.57	11.94	48.25	333.74
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,01	4,09	4,5	58,91
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	199	4,03	6,11	18,13	186,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	75	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		764.00	24.19	35.79	88.05	751.47
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	69	5,6	2,8	33,6	167,97
Итого за полдник		273.00	11.59	3.00	41.59	229.91
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
Итого за ужин 1		460.00	18.41	9.10	43.00	353.94
Итого за день		2136.00	63.76	60.03	240.68	1755.06

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Зыкова Елена
 Александровна)
 04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	179	4,85	6,51	20,13	158,17
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	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		393.00	6.80	10.99	35.56	267.54
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	179	3,64	5,52	16,39	168,69
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,66	4,86	26,43	98,57
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	55	8,14	11,55	0	143,34
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,23	0,32	16,16	78,4
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		654.00	19.33	27.53	75.56	610.92
Полдник	КЕФИР	203	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	49	3,98	1,99	23,86	119,28
Итого за полдник		252.00	9.97	2.19	31.85	181.22
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	129	2,74	3,39	12,34	110,24
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	10,04	3,64	2,66	86,63
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
Итого за ужин 1		417.00	14.58	7.33	40.19	307.48
Итого за день		1918.00	51.68	48.24	202.95	1453.16

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)