

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Зыкова Елена
 Александровна)
 07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	201	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	49	3,06	0,51	26,24	121,48
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		456.00	11.18	12.66	67.55	428.64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	202	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		202.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	18,27	21,24	7,57	297,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,86	0,41	22,64	99,96
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		721.00	28.95	32.79	73.21	708.38
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	36	2,39	1,89	30,31	147,89
Итого за полдник		238.00	7.99	6.79	39.61	252.69
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	148	26,2	12,59	26,03	324,09
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	29	1,78	0,3	15,26	70,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		407.00	29.38	16.09	55.00	477.44
Итого за день		2026.00	78.50	68.53	255.17	1953.15

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Зыкова Елена
 Александровна)
 07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	178	4,38	4,76	22,98	151,89
	БАТОН	29	1,81	0,3	15,53	71,9
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,89	2,44	14,19	91,04
Итого за завтрак 1		391.00	9.13	11.65	52.75	352.33
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 ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,59	2,6	2,67	37,86
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	179	3,31	3,74	14,97	107,22
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,66	10,97	83,7
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	60	13,7	15,93	5,68	222,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,28	0,33	18,05	79,66
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		631.00	22.70	25.26	62.04	570.00
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	38	2,38	1,88	30,14	147,1
Итого за полдник		235.00	7.98	6.78	39.44	251.90
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	127	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,38	23,1
	БАТОН	29	1,78	0,3	15,26	70,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		365.00	25.60	13.51	50.56	418.24
Итого за день		1825.00	66.41	57.40	224.59	1678.47

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)