

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Зыкова Елена
Александровна)
10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	199	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	179	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		440.00	13.85	13.49	61.50	420.38
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,84	0,84	19,58	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.84	0.84	19.58	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	90	7,11	1,26	73,71	334,8
Итого за на весь день		93.00	7.11	1.26	73.71	334.80
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18
	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 ЯБЛОК (копия)	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		717.00	25.13	24.31	101.07	726.02
Полдник	СНЕЖОК	200	5,6	5	22	154
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за полдник		270.00	10.08	8.72	58.01	358.81
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		439.00	7.41	7.20	54.43	337.20
Итого за день		2159.00	64.42	55.82	368.30	2271.21

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Зыкова Елена
Александровна)
10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	4,46	5,4	19,57	145,63
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	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		403.00	12.09	12.68	48.51	354.12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,84	0,84	19,58	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.84	0.84	19.58	94.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	42	1,4	3,97	3,06	53,27
	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	44	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (копия)	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		636.00	19.99	18.78	87.09	599.23
Полдник	СНЕЖОК	182	5,59	4,99	21,97	153,81
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		232.00	8.79	7.65	47.69	300.10
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2,66	3,61	23,96	118,56
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,88	2,06	1,72	69,43
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		400.00	6.38	5.97	50.25	296.17
Итого за день		1873.00	48.09	45.92	253.12	1643.62

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)