

УТВЕРЖДАЮ  
и.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Зыкова Елена  
Александровна)  
16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	202	5,73	4,95	24,25	165,65
	БАТОН	46	3,82	0,5	25,66	130,98
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		455.00	12.80	12.30	65.66	434.83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	178	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		178.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	90	7,11	1,26	73,71	334,8
Итого за на весь день		95.00	7.11	1.26	73.71	334.80
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,58	0,04	8,76	35,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	76	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,51	20,53	99,35
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		765.00	18.29	13.60	94.37	508.71
Полдник	МОЛОКО	204	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		259.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	70	15,64	15,85	0,78	208,75
	БАТОН	27	2,35	0,34	14,51	70,28
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		427.00	21.36	19.30	27.99	376.52
Итого за день		2179.00	69.21	54.73	331.88	2054.96

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ  
и.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Зыкова Елена  
Александровна)  
16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	182	5,16	4,46	21,85	149,25
	БАТОН	29	2,31	0,3	15,5	79,13
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	2,88	2,43	14,15	90,73
Итого за завтрак 1		398.00	10.40	11.34	51.55	356.61
Завтрак 2	ЯБЛОКО	125	0,81	0,81	19,76	94,76
Итого за завтрак 2		125.00	0.81	0.81	19.76	94.76
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	57	5,26	1,18	2,89	57,3
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		657.00	14.64	11.17	78.61	415.70
Полдник	МОЛОКО	204	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,34	37,5	183
Итого за полдник		254.00	8.55	7.24	46.80	287.80
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,97	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	13,41	13,58	0,67	178,93
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		399.00	18.73	16.62	26.35	334.59
Итого за день		1836.00	53.13	47.18	223.07	1489.46

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Титкина В.В.)