

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	148	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	42	3	0,5	25,7	119
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	113	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		316.00	13.79	13.48	60.96	417.90
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 РАСТИТЕЛЬНЫМ 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	40	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		710.00	23.80	21.17	93.91	664.75
Полдник	СНЕЖОК	149	5,64	5,03	22,15	155,04
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	69	5,63	2,82	33,8	168,95
Итого за полдник		218.00	11.27	7.85	55.95	323.99
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	66	2,55	2,77	2,3	93,52
	БАТОН	25	1,81	0,3	15,51	71,81
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		421.00	8.23	7.34	58.26	357.83
Итого за день		1928.00	58.09	50.04	288.87	1850.47

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	159	4,46	5,39	19,53	145,35
	БАТОН	22	1,83	0,31	15,71	72,72
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		344.00	12.12	12.68	48.76	355.16
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,86	86,3
Итого за завтрак 2		194.00	1.00	0.20	19.86	86.30
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ 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	29	2,21	0,32	17,56	77,51
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		619.00	19.07	16.72	80.03	549.01
Полдник	СНЕЖОК	129	5,59	4,99	21,94	153,6
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	49	4	2	24	119,98
Итого за полдник		178.00	9.59	6.99	45.94	273.58
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2,66	3,61	23,96	118,56
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	40	1,89	2,06	1,71	69,43
	БАТОН	22	1,78	0,3	15,22	70,48
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		431.00	7.13	6.08	53.69	314.17
Итого за день		1768.00	48.91	42.67	248.28	1578.22

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)