

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
17.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	189	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	41	3,07	0,51	26,34	121,97
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	190	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		425.00	12.56	13.46	71.64	418.81
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		201.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200	4,72	2,08	20,24	119,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,46	11,31	17,26	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		690.00	21.16	17.88	78.56	564.05
Полдник	МОЛОКО	180	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		250.00	10.19	13.52	48.12	355.29
Ужин 1	ОМЛЕТ	136	8,63	10,13	5,13	164,13
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	60	1,8	0,2	4	24
	БАТОН	24	1,74	0,29	14,89	68,94
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		400.00	12.17	10.62	32.82	292.37
Итого за день		1969.00	57.08	55.68	250.94	1716.52

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
17.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	156	5,59	5,47	26,49	142,23
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	158	2,87	2,42	14,09	90,4
Итого за завтрак 1		349.00	10.31	12.34	56.05	341.53
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	2,67	3,27	39,8
	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	180	4,25	1,87	18,22	107,28
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	11,21	10,18	15,53	207
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		610.00	17.99	15.05	64.30	470.03
Полдник	МОЛОКО	152	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		202.00	8.88	11.06	37.03	283.72
Ужин 1	ОМЛЕТ	101	7,51	8,82	4,47	142,91
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	39	1,19	0,13	2,64	15,86
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		350.00	10.50	9.25	31.33	265.47
Итого за день		1714.00	48.68	47.90	208.51	1446.75

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)