

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
18.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	201	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	51	2,98	0,5	25,49	118,01
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		437.00	8.42	11.87	56.69	366.35
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 `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	199	4,04	6,11	18,14	186,7
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	72	14,14	11,4	3,63	173,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		696.00	26.55	26.52	88.25	670.26
Полдник	КЕФИР	153	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		193.00	8.35	2.07	37.99	208.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	56	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		475.00	19.16	12.37	45.95	398.66
Итого за день		2004.00	63.48	53.03	248.67	1729.61

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
18.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	179	4,85	6,49	20,1	157,91
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		394.00	6.70	10.94	44.37	302.10
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193	1	0,2	19,75	85,85
Итого за завтрак 2		193.00	1.00	0.20	19.75	85.85
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	40	0,6	2	2,6	31,93
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	179	3,63	5,5	16,32	167,94
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,66	4,86	26,43	98,57
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	55	10,51	8,47	2,7	128,77
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,22	0,32	16,06	77,9
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		615.00	21.08	21.15	75.99	555.78
Полдник	КЕФИР	150	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		190.00	8.35	2.07	37.99	208.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	129	2,74	3,39	12,34	110,24
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	49	10,13	3,68	2,68	87,45
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		428.00	15.17	9.55	41.85	336.81
Итого за день		1823.00	52.30	43.91	219.95	1488.88

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)