

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Зыкова Елена
Александровна)
17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	158	4,53	4,22	26,05	159,98
	БАТОН	43	3,91	0,51	26,27	134,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	197	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		403.00	11.69	11.58	68.07	432.28
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	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ `ДАЧНЫЙ`	57	0,9	2,7	26,3	52,89
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	201	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	80	9,93	13,86	1,09	221,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,71	0,49	19,96	96,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		714.00	18.77	24.65	98.14	634.75
Полдник	КЕФИР	184	5,99	0,2	7,99	61,95
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		234.00	9.19	2.86	33.71	208.24
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	БАТОН	30	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		390.00	10.30	9.60	60.19	369.20
Итого за день		1945.00	50.95	48.89	279.90	1730.47

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Зыкова Елена
Александровна)
17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	157	4,53	4,22	26,05	159,98
	БАТОН	24	2,29	0,3	15,4	78,59
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2,88	2,43	14,11	90,48
Итого за завтрак 1		363.00	9.75	11.10	55.61	366.55
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ `ДАЧНЫЙ`	38	0,6	1,8	17,53	35,26
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2,66	3,61	23,96	114,27
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	60	7,45	10,39	0,82	165,83
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		614.00	14.30	19.20	76.26	497.10
Полдник	КЕФИР	127	6	0,2	8,01	62,11
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		177.00	9.20	2.86	33.73	208.40
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	160	6,68	8,18	30,39	222,76
	БАТОН	28	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		368.00	9.47	8.58	56.39	341.35
Итого за день		1724.00	43.72	41.94	241.78	1499.40

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)