

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	205	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	60	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	204	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		474.00	10.95	12.25	57.45	383.00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,78	85,95
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.78	85.95
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1,06	3,87	4,26	57,06
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	201	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	81	15,77	35,15	7,67	396,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,88	0,41	22,83	100,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	175	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		715.00	26.36	48.88	71.87	849.77
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,95
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		244.00	6.03	0.20	39.75	190.35
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	56	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	165	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	36	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		467.00	29.36	17.81	53.80	485.68
Итого за день		2103.00	73.70	79.34	242.65	1994.75

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	184	4,22	4,4	14,36	112,91
	БАТОН	39	1,77	0,3	15,19	70,32
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	183	2,88	2,43	14,15	90,78
Итого за завтрак 1		411.00	8.92	11.28	43.75	311.51
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	3,19	4	7,34	87,46
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,26	13	122,32
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	66	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	177	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		633.00	20.53	37.29	60.58	677.03
Полдник	КЕФИР	212	5,99	0,2	7,99	61,95
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		252.00	6.03	0.20	39.75	190.35
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	38	0,46	2	6,8	41,28
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	131	22,54	10,82	22,38	278,73
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	40	1,83	0,3	15,64	72,43
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		419.00	25.54	15.02	46.85	420.31
Итого за день		1918.00	62.02	63.99	210.72	1685.20

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)