

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Зыкова Елена  
 Александровна)  
 25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	179	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	48	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	182	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		414.00	11.05	12.65	66.72	427.90
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	192	6,83	8,44	8,54	148,19
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	68	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	0,4	22,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,68
Итого за обед		687.00	24.68	26.67	73.45	650.72
Полдник	МОЛОКО	164	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	59	4,76	9,84	30,95	249,77
Итого за полдник		223.00	10.36	14.74	40.25	354.57
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	196	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	29	1,85	0,31	15,81	73,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,04	0,04	0,91
Итого за ужин 1		455.00	9.40	11.56	68.00	417.68
Итого за день		1982.00	56.49	65.82	268.22	1936.87

Исполнитель: Диетсестра \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Зыкова Елена  
Александровна)  
25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	164	4,6	4,96	23,52	155,53
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	166	2,62	2,26	13,42	89,13
Итого за завтрак 1		359.00	9.07	11.67	52.41	353.56
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 `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	37	1,39	3,93	3,02	52,7
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	172	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	49	6,63	6,27	9,73	126,89
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,28	0,33	18,08	79,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	181	0,46	0	11,87	50,62
Итого за обед		607.00	19.70	20.76	61.33	526.46
Полдник	МОЛОКО	170	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	45	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		215.00	8.91	11.74	30.81	278.37
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	179	6,5	10,08	42,77	291,14
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,04	0,04	0,91
Итого за ужин 1		413.00	8.54	10.42	60.99	375.39
Итого за день		1797.00	47.22	54.79	225.34	1619.78

Исполнитель: Диетсестра \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Титкина В.В.)