

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
26.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	208	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	38	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	209	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		460.00	12.34	13.08	66.48	431.71
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 ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	58	1,65	3,11	1,57	40,89
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	197	3,53	4,06	8,89	97,69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	151	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	48	0,41	1,95	3,6	34,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,78	0,4	22,03	97,25
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		752.00	28.08	29.14	71.30	689.32
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		244.00	8.35	2.07	37.99	208.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	58	0,89	3,09	4,09	49,79
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	147	2,27	3,35	10,73	91,5
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	23	1,86	0,31	15,91	73,69
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		488.00	8.68	10.85	42.23	352.63
Итого за день		2146.00	58.45	55.34	237.79	1768.00

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Зыкова Елена
 Александровна)
 26.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	185	5,49	5,17	22,55	157,23
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	183	2,87	2,42	14,08	90,33
Итого за завтрак 1		397.00	10.21	12.04	52.10	356.46
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 ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	39	1,08	2,04	1,03	26,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	3,4	12,35	110,35
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	57	12,17	11,62	8,48	187,17
	ПОДЛИВ	28	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,28	0,33	18,08	79,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		651.00	21.79	22.18	59.53	550.75
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		244.00	8.35	2.07	37.99	208.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	39	0,59	2,04	2,7	32,91
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	129	1,97	2,9	9,29	79,22
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,75	3,07	2,03	76,76
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		432.00	7.11	8.31	38.24	295.59
Итого за день		1926.00	48.46	44.80	207.65	1497.14

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)