

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Побасова М.А.)
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,03	8,13	27,86	205,11
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,46	4,47	0	54,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	РИС ОТВАРНОЙ(диета)	150	3	3,3	34,05	173,7
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ "МОЗАИКА"	60	1,72	4,42	6,09	71,34
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,17	3,29	7,13	66,62
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
	Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,41	9,28	19,7
СУФЛЕ РЫБНОЕ		80	3,66	4,1	2,7	102,35
БАТОН		40	2,4	0,4	20,56	95,2
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	0,04	0	10,17	40,87
Среднее значение за период		2244,00	51,40	58,45	287,75	1936,73

Исполнитель: (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Побасова М.А.)
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	4,27	6,91	23,69	174,34
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,77	75,53
Итого за завтрак 1		357,00	10,09	11,33	50,88	346,83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	ЯБЛОКО	150	0,63	0,63	14,68	70,5
Итого за завтрак 2		250,00	1,13	0,73	24,57	113,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'МОЗАИКА'	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Итого за обед		620,00	14,13	15,81	70,19	490,10
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		206,00	5,07	4,42	29,02	177,78
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	2,73	7,42	15,76	140,2
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		400,00	7,76	10,61	47,64	327,88
Итого за день		1836,00	38,18	42,90	222,30	1456,09

Исполнитель: (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: (Ходырева Л.А.)