

УТВЕРЖАЮ
и.о. Заведующий (Побасова М.А.)
23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,92	8,71	21,94	189,24
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,63	0,63	14,68	70,5
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,98	4	4	50,95
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,65	4,86	26,44	98,58
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
Полдник	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	180	11,68	20,97	25,2	337,54
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
	Среднее значение за период	2183,00	61,30	92,09	292,89	1802,03

Исполнитель (Супруненко Л.А.)
Шеф-повар (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖАЮ
и.о. Заведующий (Побасова М.А.)
23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,6	8,23	20,73	178,73
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2,36	2,59	11,27	74,68
Итого за завтрак 1		360.00	9.86	19.42	47.52	399.81
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0.63	0.63	14.68	70.5
Итого за завтрак 2		150.00	0.63	0.63	14.68	70.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ	40	0.65	2.67	2.67	33.97
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	160	2.87	2.72	4.99	68,15
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	2.81	3.74	20.33	75.83
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5.88	3.47	0.48	101.59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		570.00	14.28	14.06	55.52	406.19
Полдник	ЙОГУРТ	180	5.22	4.5	19.8	140.4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73	178.92
Итого за полдник		230.00	8.50	10.66	47.53	319.32
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ	150	9.74	17.48	21	281.28
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.36	1.32	1,37	23,1
	БАТОН	30	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0	0	9.29	37.25
Итого за ужин 1		400.00	11.90	19.10	47.08	413.03
Итого за день		1713.00	45.17	63.87	212.33	1608.85
Среднее значение за период		1713.00	45.17	63.87	212.33	1408.85

Шеф-повар (Ходырева Л.А.)