

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
24.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	8,06	9,94	35,14	263,52
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,44	14,12	90,64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,41	4	1,74	45,6
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ОТВАРНОЙ	130	2,6	2,86	29,51	150,54
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	80	14,15	11,4	3,63	173,25
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,77	43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25	128,1
Ужин 1	ШАРЛОТКА	150	11,33	13,13	27,15	273,6
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,04	0,04	1,01
Среднее значение за период		2018.00	66.46	72.80	271.15	1973.63

Исполнитель: (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: (Ходырева Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ
и.о.Заведующий (Лобастова М.А.)
24.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,72	8,28	29,28	219,6
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,78	75,53
Итого за завтрак 1		380.00	16.10	23.27	56.88	504.33
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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,27	2,67	1,16	30,4
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	60	10,61	8,55	2,72	129,94
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Итого за обед		590.00	19.15	19.68	73.28	577.89
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25	128,1
Итого за полдник		215.00	7.10	6.05	34.63	222.42
Ужин 1	ШАРЛОТКА	130	9,82	11,38	23,53	237,12
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,04	0,04	1,01
Итого за ужин 1		400.00	14.34	14.19	60.43	353.70
Итого за день		1788.00	57.69	63.39	245.01	1744.34

Исполнитель: (Супруненко Л.А.)

Шеф-повар: (Ходырева Л.А.)