



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смирнова Е.Ю.)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смирнова Е.Ю.)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
				Белки	Жиры	Углеводы						Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025							03.07.2025								
Завтрак 1		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88	Завтрак 1		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
		СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	49	1	3,12	3,32	45,08			СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
		БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3			БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
		МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5			МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
		ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82			ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1			423.00	16.14	19.40	41.65	420.58	Итого за завтрак 1			372.00	14.94	18.50	33.62	372.18
Завтрак 2		СОК (фруктовый/овощной)	187	1	0,2	19,8	86	Завтрак 2		СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			187.00	1.00	0.20	19.80	86.00	Итого за завтрак 2			200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день			Соль йодированная	5	0	0	0	На весь день			Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день			5.00					Итого за на весь день			3.00				
Обед		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61	Обед		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82			СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74			МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
		КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25			КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
		СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3			СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	31	0,53	2,55	1,7	31,98
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	2,79	0,4	20,2	98			ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67			НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед			776.00	25.01	35.13	79.46	686.78	Итого за обед			611.00	16.67	18.03	59.13	466.52
Полдник		МОЛОКО	193	5,6	4,9	9,3	104,8	Полдник		МОЛОКО	173	5,04	4,41	8,37	94,32
		ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	69	6,4	6,6	30,59	207,36			ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	49	4,57	4,71	21,85	148,11
Итого за полдник			262.00	12.00	11.50	39.89	312.16	Итого за полдник			222.00	9.61	9.12	30.22	242.43
Ужин 1		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	4,09	1,5	45,5	Ужин 1		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,27	2,67	1,16	30,4
		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,72	4,02	12,88	109,8			РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
		СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13,44	4,88	3,56	116			СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	10,08	3,66	2,67	87
		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78			ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
		БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4			БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за ужин 1			532.00	18.50	13.29	42.51	379.48	Итого за ужин 1			391.00	13.43	9.21	30.32	268.85
Итого за день			2185.00	72.65	79.52	223.31	1885.00	Итого за день			1799.00	55.65	55.06	173.09	1435.98
Среднее значение за период			2185.00	72.65	79.52	223.31	1885.00	Среднее значение за период			1799.00	55.65	55.06	173.09	1435.98

Исполнитель: Медсестра (Жукова В.Л.)
Шеф-повар (Цылева И.С.)

Исполнитель: Медсестра (Жукова В.Л.)
Шеф-повар (Цылева И.С.)