

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Е.С.Коновалова)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	45	3,44	0,45	23,09	117,89
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
	ЧАЙ С САХАРОМ А	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	180	7,84	7,84	44,81	280,39
Итого за завтрак 1		839.00	29.46	28.09	151.53	909.80
Завтрак 2	ГРУША	100	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	СУП-ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ	190	7,84	12	7,6	171,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	74	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		708.00	25.86	33.91	58.00	660.17
Полдник	СНЕЖОК	212	5,6	5	22	154
	ЧАЙ С САХАРОМ А	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ А	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		462.00	7.39	6.40	70.16	367.21
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	74	7,1	1,6	3,9	77,4
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		699.00	18.32	19.54	113.88	628.69
Итого за день		2811.00	81.41	88.25	403.88	2612.87

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Е.С.Коновалова)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		409.00	19.99	20.49	89.01	544.14
Завтрак 2	ГРУША	100	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП-ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ	171	7,06	10,8	6,84	154,08
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	56	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		567.00	18.08	19.04	44.44	469.60
Полдник	СНЕЖОК	190	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		240.00	6.83	5.90	58.18	312.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	55	5,32	1,2	2,93	58,05
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		455.00	11.27	10.63	62.74	330.28
Итого за день		1774.00	56.55	56.37	264.68	1703.62

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()