



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
07.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	147	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
		397.00	10.96	9.18	70.47	394.73
Итого за завтрак 1						
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
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
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
		610.00	13.68	15.97	66.80	412.15
Итого за обед						
Полдник	ЙОГУРТ	172	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		222.00	7.01	5.90	58.18	314.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	28	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
		425.00	8.92	9.22	40.53	310.26
Итого за ужин 1						
Итого за день		1752.00	40.97	40.67	245.28	1476.19

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
07.07.2025

МКДОУ
№166
Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	196	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	42	3,44	0,45	23,09	117,89
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4,79	6,09	49,77	272,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
Итого за завтрак 1		844.00	18.95	21.88	139.69	825.29
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	АПЕЛЬСИН	95	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		195.00	1.19	0.56	17.08	85.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	4,09	1,5	45,5
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,79	0,4	20,2	98
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
		867.00	21.53	26.00	122.39	736.45
Итого за обед						
Полдник	ЙОГУРТ	191	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		441.00	7.59	6.40	70.16	369.21
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	59	3	4,5	4,12	69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		499.00	11.93	12.87	47.86	417.28
Итого за день		2849.00	61.19	67.71	397.18	2433.81

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