

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Е.А. Мартынова)
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
16.05.2025							
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66	
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63	
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6	
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ А	150	3,7	3,88	17,99	121,49	
		545,00	14,84	16,60	88,92	564,28	
Итого за завтрак 1							
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43	
Итого за завтрак 2		100,00	0,89	0,20	8,10	43,00	
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0	
Итого за на весь день		3,00					
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86	
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4	
			620,00	14,25	21,90	61,47	512,26
	Итого за обед						
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2	
Итого за полдник		200,00	5,06	4,41	24,25	158,52	
					3,21	39,72	
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,15	2,47	3,21	39,72	
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13	
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ А	120	5,33	6,37	21,91	166,53	
			490,00	16,91	19,27	53,00	471,19
Итого за ужин 1		1958,00	51,95	62,38	235,74	1749,25	
Итого за день		1958,00	51,95	62,38	235,74	1749,25	
Среднее значение за период							

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

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

И.Е.А. Мартынова

15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	45	2,7	0,45	23,13	107,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	3,58	4,56	37,39	204,34
Итого за завтрак 1		810.00	17.29	19.50	131.99	772.09
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		100.00	0,89	0,20	8,10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	Итого за обед		720.00	17.67	28.56	73.98
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		400.00	5.62	4.90	33.98	204.30
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,73	3,71	4,82	59,58
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ А	150	6,67	7,97	27,39	208,16
	Итого за ужин 1		575.00	19.13	22.16	64.13
Итого за день		2608.00	60.60	75.32	312.18	2207.79
Среднее значение за период		2748.00	61.45	78.35	307.70	2218.99

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()