

УТВЕРЖДАЮ

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	148	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	29	2,42	0,3	14,86	71,9
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		360.00	9.34	12.98	45.19	330.68
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		180.00	0.46		11.88	50.67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	39	0,64	2,04	3,08	32,96
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	181	2,81	3,67	7,27	75,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	118	2,53	3,13	11,4	101,86
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	62	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	182	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		742.00	17.20	19.52	78.01	589.97
Полдник	ПРЯНИКИ	23	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		53.00	1.80	1.40	46.32	206.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	28	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	29	2,42	0,3	14,86	71,9
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		525.00	19.18	20.24	68.05	542.99
Итого за день		1863.00	47.98	54.14	249.45	1720.41

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Торощина Юлия Сергеевна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Шулятьева Лариса Валериевна)

УТВЕРЖДАЮ

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	198	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	38	3,17	0,4	19,48	94,21
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	3,14	3,46	15,02	99,58
Итого за завтрак 1		637.00	16.25	21.13	78.90	565.84
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		200.00	0.51		13.20	56.30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	58	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	201	3,12	4,08	8,08	84
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	83	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,83	0,4	22,21	98,93
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	202	0,1	0,1	17,87	74,02
Итого за обед		1371.00	31.72	38.82	126.40	1054.61
Полдник	ПРЯНИКИ	23	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		53.00	1.80	1.40	46.32	206.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	48	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	38	3,17	0,4	19,48	94,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		497.00	17.93	18.57	47.01	442.82
Итого за день		2763.00	68.21	79.92	311.83	2325.67

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Торощина Юлия Сергеевна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Шулятьева Лариса Валериевна)