

УТВЕРЖДАЮ

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	123	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	2,33	0,29	14,3	69,19
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	155	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		307.00	9.29	10.40	45.92	319.85
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.82	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	ЩИ	167	2,09	2,95	3,74	49,68
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	119	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	59	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		597.00	14.07	14.89	70.98	486.13
Полдник	МОЛОКО	124	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		150.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	116	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	25	2,33	0,29	14,3	69,19
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		391.00	17.62	17.07	51.94	370.21
Итого за день		1628.00	46.95	46.95	218.85	1444.21

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	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	164	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	34	3,16	0,4	19,45	94,09
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	172	2,9	2,5	14,85	98,67
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	199	4,78	6,09	49,94	272,91
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	160	4,87	5,3	25,56	168,96
Итого за завтрак 1		733.00	21.50	23.40	134.11	837.76
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за завтрак 2		400.00	1.00	0.20	30.58	129.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		33.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	ЩИ	186	2,32	3,28	4,16	55,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	149	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,87	0,41	22,55	100,45
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,37	0	16,27	65,53
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	81	4,02	28,65	0	245,51
Итого за обед		796.00	21.95	47.89	87.59	856.83
Полдник	МОЛОКО	138	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		164.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	133	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	34	3,16	0,4	19,45	94,09
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	149	4,22	5,62	30,58	114,02
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	75	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		681.00	27.15	52.09	90.54	777.52
Итого за день		2807.00	79.60	128.90	400.51	2913.81

Исполнитель: Кладовщик _____ (Торощина Юлия Сергеевна)

Шеф-повар: _____ (Шулятьева Лариса Валериевна)