

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Халявина И. В.)

31.03.2025

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Ясли**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за завтрак 1		332,00	7,17	7,60	38,86	241,03
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	40	0,88	0,16	4,47	23,2
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	14,3	10,12	11,17	191,81
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,36	2,94	2,76	39,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,1	13,96	57,16
Итого за обед		650,00	21,27	20,37	56,90	513,04
Полдник	КЕФИР	177	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	32	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		209,00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		403,00	25,04	15,02	41,74	397,76
Итого за день		1797,00	61,64	44,77	186,99	1403,38

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Халявина И. В.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад**

31.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		748.00	13.38	15.58	92.45	549.67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			1,68	0,88	36,39	165,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	60	1,32	0,24	6,7	34,8
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	19,07	13,49	14,89	255,74
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		864.00	30.60	29.90	74.92	760.50
Полдник	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	37	2,05	1,62	26,02	126,96
Итого за полдник		443.00	9.84	2.12	58.23	295.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		648.00	37.30	26.85	97.37	772.20
Итого за день		3055.00	92.80	75.33	359.36	2543.55

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)