

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего (Шатунова Н. А.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Ясли**

24.07.2025

| Прием пищи            |                            | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|----------------------------|--------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                            |                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 25.07.2025            |                            |                    |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ |                    | 150       | 4,04             | 5,42  | 16,76    | 131,66      |
|                       | БАТОН                      |                    | 34        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ             |                    | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК           |                    | 180       | 2,88             | 2,43  | 14,13    | 90,63       |
| Итого за завтрак 1    |                            |                    | 369.00    | 8.47             | 12.25 | 43.79    | 319.29      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                     |                    | 171       | 0,68             | 0,68  | 16,7     | 80,11       |
| Итого за завтрак 2    |                            |                    | 171       | 0,68             | 0,68  | 16.70    | 80.11       |
| На весь день          | Соль йодированная          |                    | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |                            |                    | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ              |                    | 40        | 0,36             | 0     | 0,98     | 5,6         |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ           |                    | 180       | 6,12             | 7,56  | 7,65     | 132,75      |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ          |                    | 110       | 2,32             | 2,87  | 10,45    | 93,37       |
|                       | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ           |                    | 60        | 4,37             | 13,03 | 6,77     | 159,35      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                |                    | 30        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
|                       | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА    |                    | 150       | 0,14             | 0,06  | 10,78    | 43,73       |
| Итого за обед         |                            |                    | 570.00    | 14.43            | 23.68 | 45.43    | 474.00      |
| Полдник               | МОЛОКО                     |                    | 180       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32       |
|                       | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА "        |                    | 50        | 3,6              | 3     | 27,2     | 152         |
| Итого за полдник      |                            |                    | 230.00    | 8.64             | 7.41  | 35.57    | 246.32      |
| Ужин 1                | САЛАТ "ЛЕТНИЙ"             |                    | 40        | 0,6              | 1,92  | 1,68     | 24,16       |
|                       | ОМЛЕТ                      |                    | 150       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,13      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                |                    | 30        | 1,12             | 0,16  | 8,88     | 39,2        |
|                       | БАТОН                      |                    | 27        | 1,19             | 0,2   | 10,15    | 47,02       |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ              |                    | 150       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
| Итого за ужин 1       |                            |                    | 397.00    | 11.54            | 12.41 | 33.17    | 303.92      |
| Итого за день         |                            |                    | 1719.00   | 43.76            | 56.43 | 174.66   | 1423.64     |

Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего (Шатунова Н. А.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад**

24.07.2025

| 24.07.2025            |                            |           |                  |       |          |             |
|-----------------------|----------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| Прием пищи            | Наименование блюда         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|                       |                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 25.07.2025            |                            |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 200       | 5,39             | 7,22  | 22,35    | 175,55      |
|                       | БАТОН                      | 34        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ             | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК           | 200       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
| Итого за завтрак 1    |                            | 819.00    | 15.01            | 19.62 | 85.31    | 577.51      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                     | 171       | 0,68             | 0,68  | 16,7     | 80,11       |
| Итого за завтрак 2    |                            | 171       | 0,68             | 0,68  | 16.70    | 80.11       |
| На весь день          | Соль йодированная          | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |                            | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ              | 60        | 0,5              | 0,1   | 1,5      | 8,4         |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ           | 200       | 6,8              | 8,4   | 8,5      | 147,5       |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ          | 150       | 3,17             | 3,92  | 14,25    | 127,33      |
|                       | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ           | 80        | 5,83             | 17,37 | 9,03     | 212,46      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 40        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА    | 200       | 0,19             | 0,08  | 14,38    | 58,31       |
| Итого за обед         |                            | 930.00    | 23.34            | 35.65 | 69.52    | 732.62      |
| Полдник               | МОЛОКО                     | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                       | БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА '        | 70        | 5,04             | 4,2   | 38,08    | 212,8       |
| Итого за полдник      |                            | 270.00    | 10.64            | 9.10  | 47.38    | 317.60      |
| Ужин 1                | САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'             | 60        | 0,9              | 2,88  | 2,52     | 36,24       |
|                       | ОМЛЕТ                      | 150       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,13      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                | 40        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | БАТОН                      | 41        | 1,79             | 0,3   | 15,37    | 71,15       |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ              | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3        |
| Итого за ужин 1       |                            | 471.00    | 13.00            | 13.55 | 45.14    | 365.62      |
| Итого за день         |                            | 2643.00   | 62.67            | 78.60 | 264.05   | 2073.46     |

Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)