

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего \_\_\_\_\_ (Шатунова Н. А.)

28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Ясли**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>29.07.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		339,00	9,00	8,72	40,31	280,53
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		180,00	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	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		575,00	17,90	16,12	69,55	502,19
Полдник	ЙОГУРТ	178	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		218,00	7,58	6,37	49,80	286,80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	0,8	1,5	1,9	24,5
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	110	2,25	3,05	20,28	96,69
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	БАТОН	26	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		376,00	17,38	15,52	45,60	370,86
Итого за день		1691,00	52,86	46,93	225,06	1526,38

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Ветошкина Е. В.)

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего \_\_\_\_\_ (Шатунова Н. А.)

28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>29.07.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		625,00	20,33	21,53	87,32	631,18
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		180,00	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	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАС. МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		706,00	22,86	21,10	89,29	644,00
Полдник	ЙОГУРТ	197	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		237,00	8,16	6,87	52,00	302,40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	51	1,36	2,55	3,22	41,65
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	15,29	12,56	6,43	199,99
	БАТОН	33	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		484,00	21,26	19,52	59,30	474,72
Итого за день		2235,00	73,61	69,22	307,71	2138,30

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Ветошкина Е. В.)