

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего

(Шатунова Н. А.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Ясли**

30.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	110	6,93	6,68	14,89	170,24
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	22	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за завтрак 1		316.00	11.14	14.28	53.60	324.33
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН (цыплята)	200	1,79	0,4	16,31	86,58
	СОК (фруктовый/овощной) (ромашка)	196	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			2.79	0.60	36.11	172.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,65	2,67	2,67	33,97
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		630.00	15.76	19.64	74.71	484.15
Полдник	ЙОГУРТ	173	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	38	2,04	1,61	25,91	126,44
Итого за полдник		211.00	7.26	6.11	45.71	266.84
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,38	2,25	9,29	70,82
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за ужин 1		400.00	16.52	28.53	38.48	463.31
Итого за день		1905.00	53.47	69.16	248.61	1711.21
Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)						

Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего

(Шатунова Н. А.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад**

30.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	141	8,89	8,57	19,09	218,21
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	22	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	41	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		389,00	13.83	16.44	64.84	403.44
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		196.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,98	4,01	4,01	50,96
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,66	4,86	26,43	98,57
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		1002.00	34.85	46.62	108.75	979.93
Полдник	ЙОГУРТ	192	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	38	2,04	1,61	25,91	126,44
Итого за полдник		230.00	7.84	6.61	47.91	282.44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		506.00	21.83	38.05	50.00	609.89
Итого за день		2326.00	79.35	107.92	291.30	2361.70

Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)