

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Шабалина М.В.)

20.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	8,96	11,04	39,04	292,8
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	БАТОН	24	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		401.00	15.10	19.93	67.64	512.41
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	0,78	0,16	15,35	66,65
Итого за завтрак 2		155.00	0.78	0.16	15.35	66.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,74	4,54	3,73	61
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ с яйцом	80	14,31	25,76	6,58	303,93
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,53	1,87	3,47	33,45
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,73	0,39	21,64	95,55
Итого за обед		753.00	24.84	40.54	72.01	769.22
Полдник	КЕФИР "	196	5,99	0,2	7,99	61,94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		242.00	9.19	2.86	33.71	208.23
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	150	9,11	10,31	20,7	215,23
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3,12	3,32	45,08
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЯБЛОКО	110	0,52	0,52	12,83	61,55
Итого за ужин 1		514.00	13.53	15.30	66.25	449.22
Итого за день		2068.00	63.44	78.79	254.96	2005.73

Исполнитель: Медсестра _____ (Вешнякова В.В.)

Шеф-повар: _____ (Малыгина О.Л\ Плониш А.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шабалина М.В.)

20.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	160	8,07	9,95	35,18	263,84
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	БАТОН	19	1,19	0,2	10,17	47,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,04	3,11	0,04	28,13
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,27	13,23	84,83
Итого за завтрак 1		347.00	13.39	17.32	58.62	445.81
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	0,78	0,16	15,35	66,65
Итого за завтрак 2		155.00	0.78	0.16	15.35	66.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,48	2,97	2,44	39,97
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	2,95	3,58	5,62	73,23
	РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ с яйцом	60	10,64	19,15	4,89	226
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,38	101,69
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,31	1,09	2,02	19,51
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	160	0,08	0,08	14,35	59,45
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,15	0,31	17,07	75,34
Итого за обед		613.00	19.14	30.31	57.77	595.19
Полдник	КЕФИР	167	5,1	0,17	6,81	52,78
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		213.00	8.30	2.83	32.53	199.07
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	120	7,2	8,15	16,36	170,08
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (сладкий)	30	0,59	1,83	1,95	26,46
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,84	9,53	36,8
	БАТОН	28	1,78	0,3	15,26	70,68
	ЯБЛОКО	84	0,4	0,4	9,8	47
Итого за ужин 1		399.00	10.64	11.52	52.90	351.02
Итого за день		1730.00	52.25	62.14	217.17	1657.74

Исполнитель: Медсестра (Вешнякова В.В.)

Шеф-повар (Малыгина О.Л. Плониш А.В.)