

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_  
23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |       | Эн.ценн<br>ость |
|-----------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|-----------------|
|                       |                                     |              | Белки            | Жиры  | Углев |                 |
| 24 07 2025            |                                     |              |                  |       |       |                 |
| Завтрак 1             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                | 108          | 12.68            | 12,2  | 18,69 | 247.31          |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ              | 49           | 0.6              | 2,2   | 6.1   | 54              |
|                       | БАТОН                               | 29           | 1.5              | 0.25  | 12.85 | 59.5            |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                      | 5            | 0.05             | 4,15  | 0.05  | 37.5            |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                        | 20           | 4.62             | 5,96  | 0     | 73.03           |
|                       | КАКАО НА МОЛОКЕ                     | 179          | 2.83             | 3,11  | 13,52 | 89,62           |
| Итого за завтрак 1    |                                     | 390.00       | 22.28            | 27.87 | 51.21 | 560.96          |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                              | 121          | 0,4              | 0,4   | 9,8   | 47              |
| Итого за завтрак 2    |                                     | 121.00       | 0.40             | 0.40  | 9.80  | 47.00           |
| На весь день          | Соль йодированная                   | 3            | 0                | 0     | 0     | 0               |
| Итого за на весь день |                                     | 3.00         |                  |       |       |                 |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 40           | 0.27             | 2,67  | 1,16  | 30,4            |
|                       | СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ           | 180          | 3.63             | 5,5   | 16,32 | 167,94          |
|                       | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                   | 110          | 3.09             | 4,11  | 22,37 | 83,41           |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                      | 61           | 6.55             | 6.33  | 10.56 | 121,53          |
|                       | ПОДЛИВ                              | 50           | 0.4              | 1.9   | 3.5   | 33,7            |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 42           | 2.28             | 0.33  | 18,05 | 79.66           |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 150          | 0                | 0     | 8,08  | 32.25           |
| Итого за обед         |                                     | 633.00       | 16.22            | 20.84 | 80.04 | 548.89          |
| Полдник               | ЙОГУРТ                              | 200          | 5,8              | 5     | 22    | 156             |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                             | 20           | 0,02             | 0     | 15,88 | 64,2            |
| Итого за полдник      |                                     | 220.00       | 5.82             | 5.00  | 37.88 | 220.20          |
| Ужин 1                | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ  | 158          | 2.89             | 3,1   | 16,25 | 105,67          |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                     | 59           | 10,08            | 3,66  | 2,67  | 87              |
|                       | БАТОН                               | 37           | 1,8              | 0.3   | 15,42 | 71,4            |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 180          | 0                | 0     | 8,8   | 35.3            |
| Итого за ужин 1       |                                     | 434.00       | 14.77            | 7.06  | 43.14 | 299.37          |
| Итого за день         |                                     | 1801.00      | 59.49            | 61.17 | 222.0 | 1676.42         |

Исполнитель: \_\_\_\_\_  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_  
23.07.2025



Меню приготавливаемых блюд  
Категория Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |        | Эн. ценн<br>ость |
|-----------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|------------------|
|                       |                                     |              | Белки            | Жиры  | Углево |                  |
| 24.07.2025            |                                     |              |                  |       |        |                  |
| Завтрак 1             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                | 126          | 12,88            | 11,75 | 20,25  | 253,88           |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ              | 49           | 0,6              | 2,2   | 6,1    | 54               |
|                       | БАТОН                               | 41           | 2,1              | 0,35  | 17,99  | 83,3             |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                      | 5            | 0,05             | 4,15  | 0,05   | 37,5             |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                        | 20           | 4,62             | 5,96  | 0      | 73,03            |
|                       | КАКАО НА МОЛОКЕ                     | 199          | 3,14             | 3,46  | 15,02  | 99,58            |
| Итого за завтрак 1    |                                     | 440.00       | 23.39            | 27.87 | 59.41  | 601.29           |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                              | 121          | 0,4              | 0,4   | 9,8    | 47               |
| Итого за завтрак 2    |                                     | 121.00       | 0.40             | 0.40  | 9.80   | 47.00            |
| На весь день          | Соль йодированная                   | 3            | 0                | 0     | 0      | 0                |
| Итого за на весь день |                                     | 3.00         |                  |       |        |                  |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 60           | 0,5              | 4.09  | 1,5    | 45,5             |
|                       | СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ           | 200          | 4.03             | 6,11  | 18.13  | 186,6            |
|                       | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                   | 150          | 4.22             | 5,61  | 30,5   | 113,74           |
|                       | БИТОЧКИ ИЗ КУР                      | 81           | 9,2              | 8,7   | 13,5   | 176,09           |
|                       | ПОДЛИВ                              | 50           | 0,4              | 1,9   | 3,5    | 33,7             |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 50           | 2,79             | 0,4   | 20,2   | 98               |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 180          | 0                | 0     | 9,7    | 38,7             |
| Итого за обед         |                                     | 771.00       | 21.14            | 26.81 | 97.03  | 692.33           |
| Полдник               | ЙОГУРТ                              | 200          | 5,8              | 5     | 22     | 156              |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                             | 30           | 0.03             | 0     | 23.82  | 96,3             |
| Итого за полдник      |                                     | 230.00       | 5.83             | 5.00  | 45.82  | 252.30           |
| Ужин 1                | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ  | 209          | 3.8              | 4,07  | 21,35  | 138,84           |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                     | 79           | 13.44            | 4.88  | 3.56   | 116              |
|                       | БАТОН                               | 35           | 1,8              | 0,3   | 15.42  | 71,4             |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200          | 0                | 0     | 9.78   | 39.21            |
| Итого за ужин 1       |                                     | 523.00       | 19.04            | 9.25  | 50.11  | 365.45           |
| Итого за день         |                                     | 2088.00      | 69.80            | 69.33 | 262.17 | 1958.37          |

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()