

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)  
24.04.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                                                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |       | Эн.цен<br>ность |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|-----------------|
|                       |                                                                          |              | Белки            | Жиры  | Углев |                 |
| 25.04.2025            |                                                                          |              |                  |       |       |                 |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ                                               | 126          | 4,04             | 5,42  | 16,8  | 131,66          |
|                       | БАТОН                                                                    | 24           | 1,5              | 0,25  | 12,9  | 59,5            |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                                                             | 16           | 3,52             | 4,54  | 0     | 55,64           |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                         | 158          | 2,88             | 2,43  | 14,1  | 90,63           |
| Итого за завтрак 1    |                                                                          | 324.00       | 11.94            | 12.64 | 43.74 | 337.43          |
| Завтрак 2             | АПЕЛЬСИН                                                                 | 89           | 0.89             | 0.2   | 8.1   | 43              |
| Итого за завтрак 2    |                                                                          | 89.00        | 0.89             | 0.20  | 8.10  | 43.00           |
| На весь день          | Соль йодированная                                                        | 3            | 0                | 0     | 0     | 0               |
| Итого за на весь день |                                                                          | 3.00         |                  |       |       |                 |
| Обед                  | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                                          | 38           | 0,32             | 0     | 0,64  | 5,28            |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                              | 179          | 2,81             | 2,02  | 14,4  | 87.12           |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                        | 116          | 2,53             | 3,13  | 11,4  | 101,86          |
|                       | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ                                                         | 48           | 12,33            | 11,77 | 8,6   | 189,64          |
|                       | ПОДЛИВ                                                                   | 30           | 0,24             | 1,14  | 2,1   | 20,22           |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                              | 47           | 2,29             | 0,33  | 18    | 80,1            |
|                       | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                              | 152          | 0,38             | 0     | 9,9   | 42,23           |
| Итого за обед         |                                                                          | 610.00       | 20.90            | 18.39 | 65.02 | 526.45          |
| Полдник               | МОЛОКО                                                                   | 113          | 4,2              | 3,68  | 6,98  | 78,6            |
|                       | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ                                               | 47           | 3,71             | 1,93  | 21,9  | 126,41          |
| Итого за полдник      |                                                                          | 160.00       | 7.91             | 5.61  | 28.83 | 205.01          |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С<br>ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 39           | 0,67             | 3,38  | 2,02  | 38              |
|                       | ОМЛЕТ                                                                    | 113          | 8,63             | 10,13 | 5,13  | 164,13          |
|                       | БАТОН                                                                    | 28           | 1,8              | 0,3   | 15,4  | 71,4            |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                                            | 150          | 0                | 0     | 7,33  | 29,41           |
| Итого за ужин 1       |                                                                          | 330.00       | 11.10            | 13.81 | 29.90 | 302.94          |
| Итого за день         |                                                                          | 1516.00      | 52.74            | 50.65 | 175.5 | 1414.8          |

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
24.04.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                                                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |        | Эн.цен<br>ность |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|-----------------|
|                       |                                                                          |              | Белки            | Жиры  | Углево |                 |
| 25.04.2025            |                                                                          |              |                  |       |        |                 |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ                                               | 169          | 5,39             | 7,22  | 22,35  | 175,55          |
|                       | БАТОН                                                                    | 24           | 1,5              | 0,25  | 12,85  | 59,5            |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                                                             | 16           | 3,7              | 4,77  | 0      | 58,43           |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                         | 176          | 3,2              | 2,7   | 15,7   | 100,7           |
| Итого за завтрак 1    |                                                                          | 385.00       | 13.79            | 14.94 | 50.90  | 394.18          |
| Завтрак 2             | АПЕЛЬСИН                                                                 | 115          | 1,15             | 0,26  | 10,47  | 55,56           |
| Итого за завтрак 2    |                                                                          | 115.00       | 1.15             | 0.26  | 10.47  | 55.56           |
| На весь день          | Соль йодированная                                                        | 3            | 0                | 0     | 0      | 0               |
| Итого за на весь день |                                                                          | 3.00         |                  |       |        |                 |
| Обед                  | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                                           | 57           | 0,48             | 0     | 0,96   | 7,92            |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ                              | 199          | 3,12             | 2,24  | 16     | 96,8            |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                        | 145          | 3,17             | 3,92  | 14,25  | 127,33          |
|                       | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ                                                         | 65           | 16,44            | 15,7  | 11,46  | 252,85          |
|                       | ПОДЛИВ                                                                   | 30           | 0,24             | 1,14  | 2,1    | 20,22           |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                              | 47           | 2,26             | 0,32  | 17,89  | 78,96           |
|                       | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                                              | 184          | 0,46             | 0     | 11,88  | 50,67           |
| Итого за обед         |                                                                          | 727.00       | 26.17            | 23.32 | 74.54  | 634.75          |
| Полдник               | МОЛОКО                                                                   | 136          | 5,04             | 4,41  | 8,37   | 94,32           |
|                       | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ                                               | 66           | 5,2              | 2,7   | 30,59  | 176,98          |
| Итого за полдник      |                                                                          | 202.00       | 10.24            | 7.11  | 38.96  | 271.30          |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С<br>ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И<br>РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 58           | 1                | 5,07  | 3,03   | 57              |
|                       | ОМЛЕТ                                                                    | 116          | 8,63             | 10,13 | 5,13   | 164,13          |
|                       | БАТОН                                                                    | 33           | 2,1              | 0,35  | 17,99  | 83,3            |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                                            | 180          | 0                | 0     | 8,8    | 35,3            |
| Итого за ужин 1       |                                                                          | 387.00       | 11.73            | 15.55 | 34.95  | 339.73          |
| Итого за день         |                                                                          | 1819.00      | 63.08            | 61.18 | 209.82 | 1695.5          |

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