



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево	
29.04.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	173	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	145	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		351,00	9,34	13,51	48,16	348,43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	122	0,52	0,52	12,72	61
Итого за завтрак 2		122,00	0,52	0,52	12,72	61,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	54	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	197	5,12	3,6	14,88	112,8
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,86	0,41	22,69	100,18
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		677,00	19,51	27,83	69,15	597,27
Полдник	КЕФИР	161	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА '	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		231,00	10,43	4,38	45,27	268,55
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		509,00	8,62	7,31	62,36	374,65
Итого за день		1893,00	48,42	53,55	237,66	1649,90

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()

Заведующий

2



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
29.04.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	130	3,71	4,5	1,0	100
	БАТОН	28	1,5	0,25	1,0	50
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,0	20
	КАКАО НА МОЛОКЕ	137	2,67	2,34	1,0	100
Итого за завтрак 1		300,00	7,93	1,14	3,0	270
Завтрак 2	ЯБЛОКО	94	0,4	0,4	0,0	20
Итого за завтрак 2		94,00	0,40	0,40	0,0	20
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	35	0,64	2,34	3,0	50
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	177	4,61	3,34	7,0	150
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	1,00	0,0	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,38	0,25	1,0	50
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	3,0	20
Итого за обед		535,00	14,56	6,93	13,0	370
Полдник	КЕФИР	134	4,49	0,15	0,0	50
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	0,0	0,0	20
Итого за полдник		184,00	8,09	0,15	0,0	70
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,09	0,0	20
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,03	0,0	50
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,00	0,0	50
	БАТОН	22	1,2	0,0	0,0	20
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0,0	0,0	0
Итого за ужин 1		392,00	6,18	5,09	0,0	170
Итого за день		1508,00	37,16	13,17	33,0	730

Исполнитель: _____()

Шеф-повар _____()