



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн це нност
			Белки	Жиры	Углев	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	147	3,38	4,43	16,5	119,3
	БАТОН	34	1 5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		371.00	10.07	10.09	43.48	305.9
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 СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	39	0.27	2.67	1.16	30,4
	ЩИ	180	2.09	2.95	3.74	49.68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2.86	4.03	28.67	92.69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5.92	5.92	2.39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2.28	0.33	17.95	79.97
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	155	0.08	0.08	13.42	55.58
Итого за обед		595.00	13.50	15.98	67.33	410.3
Полдник	КЕФИР	187	5.39	0.18	7.19	55,75
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,68	1,01	38,23	143,4
Итого за полдник		236.00	8.07	1.19	45.42	199.1
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,9
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	55	2,41	0,4	20,69	95.78
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7.63	30,65
Итого за ужин 1		424.00	9.56	9.32	44.63	329.9
Итого за день		1825.00	42.20	36.78	220.6	1331

Исполнитель: _____
Шеф-повар: _____



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углево	
29 07 2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	197	4.5	5.9	22	159
	БАТОН	34	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0	47.47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		444.00	12.20	12.72	50.55	366.67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0.2	19.79	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	59	0.5	4.09	1.5	45.5
	ЩИ	200	2.32	3.28	4.16	55.2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1	126.4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7.89	7.89	3.19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	2.83	0.4	22.43	99.03
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	186	0.09	0.09	16.1	66.69
Итого за обед		739.00	17.53	21.25	86.48	528.82
Полдник	КЕФИР	208	5.99	0.2	7.99	61.94
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	71	3.75	1.41	53.52	200.71
Итого за полдник		279.00	9.74	1.61	61.51	262.65
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	59	3	4.5	4.12	69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.17	3.92	14.25	127.33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3.66	4.1	2.7	102.35
	БАТОН	55	2.41	0.4	20.69	95.78
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		524.00	12.28	12.92	50.91	431.24
Итого за день		2185.00	52.75	48.70	269.24	1675.38

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