

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
22.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
Итого за завтрак 1		627.00	17.75	20.79	78.46	574.93
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	70	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		70.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	37	0,59	1,89	2,85	30,49
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,55	0,36	20,19	89,15
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0	12,87	53,55
Итого за обед		744.00	12.90	19.25	65.95	569.18
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	29	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		229.00	7.37	6.30	31.80	214.60
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	5,42	8,41	35,66	242,75
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
Итого за ужин 1		553.00	15.51	18.70	107.38	588.10
Итого за день		2258.00	56.79	65.66	316.26	2101.41

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
22.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		407.00	13.81	14.90	45.52	374.67
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	70	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		70.00	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	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	37	0,59	1,89	2,85	30,49
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,36
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0	10,73	44,63
Итого за обед		639.00	9.76	16.07	55.91	460.94
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,83	1,45	23,28	113,59
Итого за полдник		210.00	6.87	5.86	31.65	207.91
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	130	4,7	7,29	30,91	210,38
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		365.00	9.62	11.98	57.53	304.73
Итого за день		1694.00	40.95	49.01	198.71	1391.25

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)