

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Арасланова Э.Г.)  
31.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		364,00	9,34	9,31	42,73	296,88
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,85	42,79
	ЯБЛОКО	107	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		208,00	0,90	0,50	19,15	87,44
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	50	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63	
Итого за обед		581,00	16,61	21,70	82,55	605,52
Полдник	КЕФИР	182	5,39	0,18	7,19	55,75
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		232,00	8,59	2,84	32,91	202,04
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		402,00	7,33	8,34	37,12	279,44
Итого за день		1790,00	42,77	42,69	214,46	1471,32

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел,Солнышко, Ромашка,Яблонька	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		640,00	13,32	12,58	64,65	430,30
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,85	42,79
	ЯБЛОКО	111	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Ромашка	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		412,00	0,90	0,50	29,43	129,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	70	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Вишенка-2чел,Солнышко, Ромашка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел,Солнышко, Ромашка,Яблонька	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за обед		895,00	27,31	34,02	162,59	1082,64
Полдник	КЕФИР	202	5,99	0,2	7,99	61,94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел,Солнышко, Ромашка,Яблонька	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		322,00	10,52	3,92	83,70	427,25
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Вишенка	61	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		562,00	13,32	40,18	43,34	619,41
Итого за день		2834,00	65,37	91,20	383,71	2688,60