

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
30.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		35,00	7,93	11,84	41,98	303,01
Завтрак 2	ЯБЛОКО	109	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		217,00	0,90	0,50	19,69	90,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,65	3,38	27,56	150,9
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		582,00	19,01	16,42	81,19	554,54
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		230,00	9,22	6,50	43,80	260,38
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		410,00	15,25	9,66	54,74	343,90
Итого за день		1795,00	52,31	44,92	241,40	1551,83

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр. Вишенка, Березка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ-гр.Ромашка, Яблонька-2чел	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	ЧАИ БЕЗ САХАРА-гр. Вишенка, Березка, Яблонька	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ-гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		1004.00	19.43	24.45	126.82	800.81
Завтрак 2	ЯБЛОКО	109	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,89	43
	ЧАИ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		417.00	1.03	0.53	19.73	91.01
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБЦЫ -гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАИ БЕЗ САХАРА гр Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		907.00	24.78	21.57	109.55	735.19
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ПЕЧЕНЬ БЕЗ ГЛЮТЕНА-гр. Ромашка, Яблонька-2чел	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАИ БЕЗ САХАРА гр Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		480.00	9.96	7.03	69.86	373.29
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАИ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБЦЫ -гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Яблонька	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		615.00	25.17	41.76	80.14	745.58
Итого за день		3427.00	80.37	95.34	406.10	2745.88