

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
31.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.08.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360,00	8,73	10,54	45,22	311,87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		195,00	0,90	0,50	19,20	87,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,44	2,58	2,3	35,02
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	0,3	12,16	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		580,00	19,69	34,71	49,66	622,20
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		220,00	7,60	5,63	45,08	261,20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
Итого за ужин 1		460,00	12,44	7,88	65,38	396,70
Итого за день		1818,00	49,36	59,26	224,54	1679,62

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.08.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ХЛЕБЦЫ гр.Ромашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Ромашка	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА -гр.Вишенка, Березка -2чел	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ -гр.Вишенка, Березка -2чел	200	8,26	9,16	39,35	273,48
Итого за завтрак 1		1020,00	27,51	29,23	145,25	955,41
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Березка	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за завтрак 2		350,00	1,00	0,53	19,73	90,76
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,8	3,9	4	55,2
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		700,00	24,90	45,15	58,71	770,45
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Ромашка	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		480,00	8,93	6,63	78,64	410,71
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ гр.Ромашка	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ХЛЕБЦЫ гр.Ромашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		695,00	20,19	16,03	124,89	648,93
Итого за день		3248,00	82,53	97,57	427,22	2876,26