

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
01.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.07.2025						
Завт рак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		363.00	10.57	9.07	45.75	306.57
Завт рак 2	ЯБЛОКО	123	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	105	0,49	0,1	9,67	42
Итого за завтрак 2		228.00	0.89	0.50	18.97	86.65
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	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		559.00	18.05	22.20	56.09	495.89
Полд ник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		230.00	8.35	11.25	29.88	267.89
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		395.00	13.64	18.83	30.99	344.90
Итого за день		1778.00	51.50	61.85	181.68	1501.90

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.07.2025						
Завт рак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	26	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
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр. Вишенка, Березка	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ-гр.Ромашка, Яблонька-2чел	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ХЛЕБЦЫ гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр. Березка, Яблонька-2чел, Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		1029.00	30.81	29.72	145.97	974.26
Завт рак 2	ЯБЛОКО	129	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	105	0,49	0,1	9,67	42
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр Ромашка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		434.00	1.02	0.53	19.51	90.01
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр Яблонька	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ХЛЕБЦЫ гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за обед		1085.00	26.47	31.74	95.96	773.32
Полд ник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11	243
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Солнышко, Березка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр. Ромашка, Яблонька-2чел	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		489.00	11.94	14.78	55.83	423.21
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ-гр.Березка, Яблонька-2чел, Вишенка	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБЦЫ гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		664.00	24.57	44.94	58.55	754.78
Итого за день		3704.00	94.81	121.71	375.82	3015.58