

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
 02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		370,00	15,12	19,94	34,88	391,42
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,84	42,76
Итого за завтрак 2		230,00	0,90	0,50	19,64	89,76
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		601,00	16,96	20,89	67,39	476,48
Полдник	КЕФИР	181	5,39	0,18	7,19	55,75
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
Итого за полдник		231,00	8,39	0,68	32,89	174,75
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за ужин 1		440,00	16,08	10,10	46,01	358,51
Итого за день		1875,00	57,45	52,11	200,81	1490,92

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Вишенка, Березка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ХЛЕБЦЫ гр.Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	Итого за завтрак 1		595,00	21,31	25,25	97,21
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,84	42,76
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка, Березка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		430,00	1,03	0,53	19,68	90,77
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ-гр. Яблонька-3чел	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ-гр. Березка Яблонька-3чел	8	7,89	7,89	3,19	136
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Ромашка, Яблонька-2чел	150	4,22	5,61	30,5	113,74
Итого за обед		1384,00	38,05	44,32	139,87	1004,81
Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99	61,94
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Ромашка, Яблонька-2чел	200	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		471,00	10,70	1,01	50,11	256,35
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	58	1,72	4,42	6,09	71,34
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		534,00	22,30	13,85	67,06	505,47
Итого за день		3417,00	93,39	84,96	373,93	2573,50