

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	27	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		362,00	8,47	12,25	43,79	319,29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,50	0,10	9,89	43,00
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	40	0,71	2,58	2,84	37,78
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,2	58,8
Итого за обед		610,00	17,33	13,70	44,03	387,59
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		230,00	8,64	7,41	35,57	246,32
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		403,00	12,81	17,28	46,34	406,62
Итого за день		1708,00	47,75	50,74	179,62	1402,82

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	27	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
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ гр.Яблонька	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.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		842,00	15,93	19,79	84,74	580,42
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		280,00	0,61	0,13	9,93	43,82
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	0,89	3,9	4,19	56,29
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		930,00	22,97	17,55	60,20	512,56
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,04	4,2	38,08	212,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Ромашка, Яблонька-2чел	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		300,00	10,67	9,10	71,20	413,90
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
		ХЛЕБЦЫ гр.Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр.Яблонька, Ягодка	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за ужин 1		668,00	27,61	48,37	66,98	812,63
Итого за день		3023,00	77,79	94,94	293,05	2363,33