

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
07.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Группа м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.05.2025						
Завт рак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	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		365,00	12,25	15,79	56,54	418,30
Завт рак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,86	42,86
Итого за завтрак 2		201,00	0,90	0,50	19,66	89,86
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	3,38	2,02	38
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		600,00	13,30	31,14	68,74	605,64
Полд ник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		229,00	8,32	10,57	36,10	273,24
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	39	0,53	2,67	2,27	38
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		414,00	9,45	10,75	61,56	382,32
Итого за день		1812,00	44,22	68,75	242,60	1769,36

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Группа м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценнос- ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	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
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр.Солнышко, Березка	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр.Вишенка, Березка, Солнышко-2чел	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		778.00	22.95	26.84	111.23	778.84
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	107	0,5	0,1	9,92	43,13
	ЧАЙ С САХАРОМ-гр. Яблонька	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		387.00	0.90	0.50	28.52	125.43
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	1	5,07	3,03	57
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ -гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька, Ромашка	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Яблонька	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за обед		1097.00	19.12	43.25	102.67
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр. Березка, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА -гр.Вишенка-2чел, Солнышко Яблонька, Ромашка	50	0,05	0	39,7	160,5
	Итого за полдник		518.00	10.37	13.55	87.86
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	54	0,8	4	3,4	57
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ БЕЗ ГЛЮТЕНА -гр.Вишенка-2чел, Солнышко Яблонька, Ромашка	180	7,52	9,21	34,2	250,62
Итого за ужин 1		648.00	19.10	22.93	107.74	717.52
Итого за день		3431.00	72.44	107.07	438.02	3019.01