

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
12.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		368.00	9.34	9.31	42.73	296.88
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,81	42,59
	ЯБЛОКО	108	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		212.00	0.90	0.50	19.11	87.24
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		624.00	11.99	14.08	80.69	507.78
Полдник	КЕФИР	181	5,39	0,18	7,19	55,75
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		231.00	8.59	2.84	32.91	202.04
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	4,19	6	20,29	181,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		402.00	6.50	8.24	45.37	308.90
Итого за день		1840.00	37.32	34.97	220.81	1402.84

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Солнышко	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Воишенка, Солнышк	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		804.00	16.04	17.77	93.14	601.11
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,49	0,1	9,71	42,17
	ЯБЛОКО	114	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		216.00	0.89	0.50	19.51	89.17
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	41	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр.Вишенка-2чел, Солнышко,Ромашка,Яблонька	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за обед		1003.00	23.51	51.32	143.30	1137.44
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,59	8	27,05	241,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙгр.Вишенка-2чел, Солнышко-2чел ,Ромашка, Яблонька	200	3,89	6,56	20	188,19
Итого за ужин 1		672.00	12.10	17.80	73.42	573.52
Итого за день		3218.00	63.19	91.34	413.11	2829.50