

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		354.00	9,50	9,78	41,93	291,07
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,86	42,86
Итого за завтрак 2		103.00	0,50	0,10	9,86	42,86
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		603.00	19,47	17,34	80,83	563,76
Полдник	ЙОГУРТ	182	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		232.00	9,22	6,50	43,80	260,38
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		416.00	15,28	9,66	55,04	345,14
Итого за день		1711.00	53,97	43,38	231,46	1503,21

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр. Березка- 2 чел	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. Яблонька, Березка-2чел	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		990,00	29,29	30,40	140,50	950,29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,86	42,86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		283,00	0,61	0,13	9,90	43,68
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ- гр. Ромашка, Яблонька-2чел	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за обед		1059,00	28,19	28,01	137,72
Полдник	ЙОГУРТ	202	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ПЕЧЕНЬ БЕЗ ГЛЮТЕНА- гр. Ромашка, Яблонька-2чел	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		282,00	9,83	7,00	69,82	372,28
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Яблонька	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		623,00	25,21	41,76	80,49	747,06
Итого за день		3240,00	93,13	107,30	438,43	2937,50