

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	18	1,17	0,2	10,06	46,57
	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		353,00	8,14	12,20	41,00	306,36
Завтрак 2	ЯБЛОКО	121	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	106	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		227,00	0,90	0,50	19,69	90,00
На десерт	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	36	0,59	2	2,6	31,93
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	180	4,08	3,61	17,28	114,71
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		567,00	13,19	22,67	75,21	550,54
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		231,00	5,09	4,41	48,07	254,82
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	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		422,00	12,21	17,18	42,67	388,70
Итого за день		1803,00	39,53	56,96	226,64	1590,42

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	18	1,17	0,2	10,06	46,57
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ-гр.Вишенка-2чел, Ромашка	201	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Солнышко	180	7,84	7,84	44,81	280,39	
Итого за завтрак 1		984,00	25,72	31,03	130,79	905,13
Завтрак 2	ЯБЛОКО	121	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	106	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		227,00	0,90	0,50	19,69	90,00
На десерт	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	54	0,9	3	3,9	47,9
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	200	4,53	4,01	19,2	127,46
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Вишенка-2чел	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ - гр.Вишенка-2чел, Ромашка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Вишенка	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за обед		1126,00	27,22	64,97	147,44	1245,15
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	28	2,92	2,31	37,06	180,85
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА- гр.Вишенка-2чел, Ромашка, Яблонька, Ромашка	30	0,03	0	23,82	96,3	
Итого за полдник		459,00	8,68	7,24	70,22	382,96
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	26	1,76	0,29	15,09	69,86
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ И ИЗЮМОМ гр.Вишенка, Солнышко	200	3,44	6,15	36,56	212,96
	Итого за ужин 1	650,00	16,56	26,73	86,61	665,37
Итого за день		3449,00	79,08	130,47	454,75	3288,61