

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
16.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Группа м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
Завтр ак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	21	1,21	0,2	10,38	48,06
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		364.00	14.83	19.89	32.41	379.98
Завтр ак 2	ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,86	42,86
Итого за завтрак 2		213.00	0.90	0.50	19.66	89.86
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	61	5,88	3,47	0,48	101,59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед	600.00	16.29	18.03	57.31	456.54
Полд ник	КЕФИР	183	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		230.00	6.61	0.38	33.35	167.55
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	38	1,15	2,95	4,06	47,56
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		415.00	14.88	9.90	35.73	310.91
Итого за день		1825.00	53.51	48.70	178.46	1404.84

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Группа м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
Завтр ак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Вишенка, Березка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-Зчел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		590,00	21,01	25,20	94,64	704,20
Завтр ак 2	ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,86	42,86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька, Березка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		393,00	1,01	0,53	19,70	90,68
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	81	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ-гр.Яблонька-Зчел, Березка, Чебурашка	80	10,8	15,33	0	190,25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ-гр.Яблонька-Зчел, Чебурашка	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА - гр. Ромашка, Яблонька-Зчел, Чебурашка	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за обед		1300,00	31,76	43,06	123,18
Полд ник	КЕФИР	203	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА- гр. Ромашка, Яблонька-Зчел, Чебурашка	39	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		499,00	7,97	0,53	63,15	294,85
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	57	1,72	4,42	6,09	71,34
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		492,00	20,01	13,46	46,02	408,77
Итого за день		3277,00	81,76	82,78	346,69	2381,47