

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
19.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Группа приема пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		361,00	8,73	10,95	45,05	316,80
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	105	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	103	0,38	0,38	9,26	44,41
Итого за завтрак 2		208,00	0,88	0,48	19,16	87,41
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	11,63	47,63
Итого за обед		590,00	18,41	20,71	62,32	521,17
Полдник	КЕФИР	181	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		221,00	7,77	1,31	32,47	176,55
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	5,42	8,41	35,66	242,75
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		419,00	8,03	8,84	58,68	350,27
Итого за день		1802,00	43,82	42,29	217,68	1452,20

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Группа приема пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ гр.Вишенка-2чел	201	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		832,00	20,22	21,85	107,08	709,32
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	105	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	109	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		214,00	0,90	0,50	19,70	90,00
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Вишенка-2чел, Солнышко	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Вишенка-2чел, Солнышко	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за обед		1000,00	30,21	57,55	92,49	1005,63
Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел, Солнышко	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		306,00	9,32	1,48	80,68	378,94
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		523,00	12,36	12,03	95,36	541,48
Итого за день		2878,00	73,01	93,41	395,31	2725,37