УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за завтрак 1		365,00	7,23	7,66	38,50	252,05
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,85	42,8
	Итого за завтрак 2		108,00	0,50	0,10	9,85
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		590,00	15,74	19,94	77,84	567,10
Полдник	КЕФИР	183	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		233,00	8,67	6,34	34,92	234,67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		401,00	7,29	8,83	38,18	287,68
Итого за день		1700,00	39,43	42,87	199,29	1384,30

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0	65,73
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр. Вишенка, Березка	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ХЛЕБЦЫ-гр. Ромашка, Яблонька-Зчел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		613,00	18,78	19,49	96,65	637,12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,85	42,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА -гр.Яблонька, Березка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		288,00	0,61	0,13	9,89	43,62
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ-гр. Ромашка, ХЛЕБЦЫ -гр. Ромашка, Яблонька-Зчел	150	3,9	5,5	39,1	126,4
		10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за обед		1076,00	25,96	32,88	150,67	924,26
Полдник	КЕФИР	203	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА-гр. Ромашка, Яблонька-Зчел	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		503,00	10,74	8,85	70,67	409,74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Яблонька	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		581,00	13,26	40,91	44,92	631,77
Итого за день		3064,00	69,35	102,26	372,80	2646,51