

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
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	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,50	0,10	9,89	43,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	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	29	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		600,00	19,24	16,83	81,76	561,36
Полдник	ЙОГУРТ	184	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		234,00	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	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		414,00	15,35	9,69	47,44	315,25
Итого за день		1705,00	53,81	42,90	224,82	1471,06

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
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. Вишенка, Березка-2 чел	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ-гр.Яблонька(Клестова), Чебурашка, Ромашка	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр. Вишенка-2чел, Березка-2чел, Яблонька, Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за завтрак 1		990,00	29,29	30,40	140,50
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка, Яблонька	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 2		250,00	0,59	0,13	9,92	43,68
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	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	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр. Яблонька, Чебурашка, Ромашка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	Итого за обед		1066,00	28,39	26,32	144,89
Полдник	ЙОГУРТ	204	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ПЕЧЕНЬ БЕЗ ГЛЮТЕНА- гр. Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	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		484,00	9,96	7,03	69,86	373,29
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	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ-гр.Вишенка, Чебурашка	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка(Окулова), Яблонька-2чел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		621,00	29,15	21,03	74,57	601,59
Итого за день		3414,00	97,38	84,91	439,74	2901,96