УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360,00	9,00	11,13	45,80	318,51
Завтрак 2	ЯБЛОКО	113	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,85	42,8
Итого за завтрак 2		221,00	0,90	0,50	19,15	87,45
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		560,00	17,98	22,20	57,88	503,84
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230,00	8,32	10,57	36,10	273,24
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,2	11	49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400,00	13,92	18,87	33,19	354,70
Итого за день		1774,00	50,12	63,27	192,12	1537,74

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Березка-2чел	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ-гр.Яблонька, Чебурашка	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр.Березка-2чел,Чебурашка	200	0,13	0,03	0,04	1,01	
Итого за завтрак 1		1020,00	20,93	23,77	132,29	824,59
Завтрак 2	ЯБЛОКО	118	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,85	42,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка, Яблонька	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 2		406,00	1,02	0,53	19,69	90,71
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ гр.Вишенка, Чебурашка	200	2,64	4,02	9,92	85,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка	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		1085,00	26,14	33,47	92,66	774,86
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр.Березка-2чел	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА - гр. Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		500,00	10,35	13,55	71,98	452,60
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	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр.Яблонька-2чел, Березка-2чел, Ягодка, Чебурашка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ-гр.Яблонька-2чел, Березка-2чел, Ягодка, Чебурашка	70	6,91	6,91	2,79	119
	Итого за ужин 1		686,00	24,86	32,29	92,50
Итого за день		3700,00	83,30	103,61	409,12	2934,68