

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Арасланова Э.Г.)
30.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 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	15	1,18	0,2	10,14	46,97
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	181	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		360,00	17,52	22,97	45,65	467,69
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,93	43,14
Итого за завтрак 2		222,00	0,90	0,50	19,73	90,14
На	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
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед	598,00	16,67	19,48	67,79	464,72
Полдник	КЕФИР	183	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		227,00	6,61	0,38	33,35	167,55
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	39	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	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		419,00	14,99	9,93	26,97	276,44
Итого за день		1829,00	56,69	53,26	193,49	1466,54

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 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	27	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	181	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Березка, Вишенка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр.Березка-2чел,Чебурашка, Яблонька,Вишенка-2чел	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ -гр.Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		781.00	23.86	28.31	108.16	794.01
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,93	43,14
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Ромашка, Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		402.00	1.01	0.53	19.77	90.96
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
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ-гр.Яблонька-2чел,Вишенка, Чебурашка	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)- гр.Яблонька-2чел,Вишенка,Березка, Чебурашка	80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА-гр.Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ гр.Ромашка	60	1	4	4,5	57,9
	Итого за обед		1418.00	34.54	65.97	140.44
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	23	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА-гр.Ромашка, Яблонька-2чел, Чебурашка	41	0,03	0	24,11	97,49
Итого за полдник		497.00	7.97	0.53	63.44	296.04
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	59	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	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за ужин 1		499.00	20.12	13.49	37.26
Итого за день		3600.00	87.50	108.83	369.07	2694.44