

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Орлова Т.В)
07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	29	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		364.00	8.13	10.71	45.02	309.12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	60	13,44	25,83	10,92	319,23
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	57	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		607.00	21.37	38.80	52.23	648.35
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		211.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	133	22,58	10,85	22,43	279,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		368.00	25.65	14.18	49.66	425.93
Итого за день		1648.00	62.36	69.90	187.08	1632.17

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Орлова Т.В)
07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	29	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
Итого за завтрак 1		434.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	80	17,92	34,44	14,56	425,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		738.00	27.52	51.73	66.63	841.51
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		256.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	154	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	43	2,2	0,37	18,77	87,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		427.00	29.75	16.13	58.45	493.07
Итого за день		1958.00	76.14	88.13	239.59	2054.34

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()