

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Орлова Т.В.)  
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	147	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	148	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		322,00	9,00	8,72	40,31	280,53
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,50	0,10	9,90	43,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		593,00	17,75	16,04	66,00	486,81
Полдник	ЙОГУРТ	151	4,35	3,75	16,5	117
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		179,00	6,45	4,10	34,49	200,30
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		346,00	5,58	5,59	41,74	253,16
Итого за день		1543,00	39,28	34,55	192,44	1263,80
Среднее значение за период		1543,00	39,28	34,55	192,44	1263,80

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Орлова Т.В.)  
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	197	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	198	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		428,00	12,36	12,62	49,46	367,58
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,50	0,10	9,90	43,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		734,00	22,20	20,40	81,13	602,60
Полдник	ЙОГУРТ	201	5,8	5	22	156
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		229,00	7,90	5,35	39,99	239,30
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,52	2,75	2,28	92,57
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		438,00	7,73	7,26	57,07	349,45
Итого за день		1934,00	50,69	45,73	237,55	1601,93
Среднее значение за период		1934,00	50,69	45,73	237,55	1601,93

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()