



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Тверждаю
Заведующий (Копанева)
04.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Эн. ценно- сть
		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
07.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	149	6.2	6,87	29,51	205,11
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		399.00	16.13	18.29	56.82	461.73
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	125	1,05	0,21	9,68	51,3
Итого за завтрак 2		125.00	1.05	0.21	9.68	51.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	21	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		591.00	13.54	30.40	68.11	609.32
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 1 гр	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		259.00	8.27	7.07	57.91	336.91
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		409.00	9.85	10.82	53.13	355.11
Итого за день		1786.00	48.84	66.79	245.65	1814.37

Исполнитель: _____ (Кучина Н.Г.)

Шеф-повар: _____ (Черепанова Д.А.)



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Копанева)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сады

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	199	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (диета) 10гр	199	6,98	10,42	25	222,38
Итого за завтрак 1		668 00	25 49	31 27	93 23	762 55
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	126	1,13	0,25	10,31	54,73
Итого за завтрак 2		126 00	1 13	0 25	10 31	54 73
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3 00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	21	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		711 00	16 54	39 95	78 79
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		249 00	8 80	7 56	35 02	251 09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	36	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 10гр	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Итого за ужин 1		619 00	15 80	18 40	102 36	639 37
Итого за день		2376 00	67 76	97 43	319 71	2460 00

Исполнитель: _____ (Кучина Н.Г.)
Шеф-повар: _____ (Черепанова Д.А.)