



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Копанева)  
 02.07.2025

Менюготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	131	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	37	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		382,00	15,12	17,95	32,98	374,31
Завтрак 2	ЯБЛОКО	119	0,48	0,48	11,78	56,49
Итого за завтрак 2		119,00	0,48	0,48	11,78	56,49
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	40	0,6	1,92	1,68	24,16
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	61	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		606,00	14,10	12,61	66,21	382,37
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	27	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	29	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за полдник		236,00	6,94	0,38	33,33	172,34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	39	0,46	2,05	2,11	25,35
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,1	0,2	8,1	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		416,00	15,52	28,58	29,81	428,03
Итого за день		1762,00	52,16	60,00	174,11	1413,54

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



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Копанева)  
 02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,74	20,25	272,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	51	2,79	0,4	17,2	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (диета) 5,6,7гр	202	4,5	5,9	22	159
	ХЛЕБЦЫ (диета) 7гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		638,00	22,28	23,82	77,29	651,09
Завтрак 2	ЯБЛОКО	119	0,49	0,49	11,9	57,07
Итого за завтрак 2		119,00	0,49	0,49	11,90	57,07
На весь день	Соль иодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	60	0,9	2,88	2,52	36,24
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	198	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	82	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (диета) 10гр	150	2,92	4,92	15	141,16
	ХЛЕБЦЫ (диета) 7гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
	Итого за обед		933,00	23,11	21,53	119,18
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	27	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	44	2,29	0,3	15,39	78,59
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 7гр	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		301,00	8,33	0,50	63,08	301,03
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	59	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	69	13,25	27,84	0,78	292,75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	ХЛЕБЦЫ (диета) 7гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		504,00	20,42	34,57	53,93	595,84
Итого за день		2498,00	74,63	80,91	325,38	2328,55

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