


 УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Копанева)  
 09.07.2025

Меню приготовляемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.07.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	19	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		354,00	8,18	10,44	47,60	319,67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	148	0,75	0,15	14,79	64,28
Итого за завтрак 2		148,00	0,75	0,15	14,79	64,28
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	59	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	15	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	Итого за обед		587,00	18,26	14,38	62,69
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		203,00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	149	5,42	8,41	35,66	242,75
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	26	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		404,00	9,82	9,06	75,22	425,60
Итого за день		1699,00	44,17	35,61	229,99	1456,97

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



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Копанева)  
 09.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория - Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.07.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	19	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (диета) 10гр	200	6,98	10,42	25	222,38
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		644,00	18,51	23,10	95,23	671,17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		198,00	1,00	0,20	19,79	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	79	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	22	2,29	0,3	15,39	78,59
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) (диета) 10гр	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за обед		826,00	29,69	48,03	97,95	952,38
Полдник	КЕФИР	193	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	26	2,79	0,4	17,2	83,3
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 10гр	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		279,00	10,58	2,00	71,51	351,34
ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	26	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 10гр	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Итого за ужин 1		647,00	16,53	16,66	140,31	781,60
Итого за день		2597,00	76,31	89,99	424,79	2842,49

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