

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Копанева И.Н.)

13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	149	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		394.00	13.46	15.10	39.31	350.97
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	138	1,23	0,28	11,18	59,34
Итого за завтрак 2		138.00	1.23	0.28	11.18	59.34
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,21	1,98	3,11	29,49
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,78	4,82	11,18	110,92
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	58	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		586.00	18.84	15.11	56.34	467.46
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	17	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		196.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	126	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		392.00	15.40	16.33	37.90	369.66
Итого за день		1709.00	54.00	51.23	176.92	1438.05

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий И.Н.И.
13.05.2025
(Копанева)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (диета) 5,6,7гр	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ХЛЕБЦЫ (диета) 6,7,10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		634.00	20.75	22.48	91.76	580.63
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	138	1,23	0,28	11,18	59,34
Итого за завтрак 2		138.00	1.23	0.28	11.18	59.34
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,31	2,97	4,67	44,23
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,2	5,36	12,42	123,24
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	78	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) (диета) 10гр	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБЦЫ (диета) 6,7,10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за обед		817.00	29.38	47.98	85.39	898.80
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	35	0,06	0	49,04	198,26
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 6,7,10гр	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		264.00	5.69	4.90	82.16	399.36
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	12,88	11,74	20,25	272,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	49	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 5,6,7гр	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБЦЫ (диета) 6,7,10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		625.00	21.78	23.04	100.53	726.11
Итого за день		2481.00	78.83	98.68	371.02	2664.24

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