

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Копанева)  
 18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
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	25	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		398,00	16,13	18,29	56,82	461,73
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	132	1,11	0,22	10,22	54,18
Итого за завтрак 2		132,00	1,11	0,22	10,22	54,18
За 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 (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	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	21	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		590,00	13,54	30,40	68,11
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		229,00	8,24	7,07	34,09	240,61
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	14	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		418,00	8,75	8,89	61,23	368,25
Итого за день		1770,00	47,77	64,87	230,47	1734,09

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Коланева)  
 18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

21.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
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	25	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
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		488,00	20,09	21,13	84,61	614,57
Завтрак 2						
	АПЕЛЬСИН	133	1,2	0,27	10,88	57,77
Итого за завтрак 2		133,00	1,20	0,27	10,88	57,77
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	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	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	21	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 10гр	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за обед		880,00	21,71	44,80	132,50	1031,01
Полдник						
	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 10гр	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		279,00	8,83	7,56	58,84	347,39
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	14	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		498,00	13,02	12,12	93,87	541,38
Итого за день		2281,00	64,85	85,88	380,70	2592,12

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