

29.07.2025

Категория: Ясли

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Копанева)
29.07.2025



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть	
			Белки	Жиры	Углеводы		
30.07.2025							
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	198	6.09	5.73	25.03	174,51	
	БАТОН	25	1.91	0.25	12.83	65,49	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3.2	2.7	15.7	100,7	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 6,10гр	150	3.59	4.57	37.33	204,35	
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1.58	0.28	16.38	74,4	
Итого за завтрак 1		596.00	16.42	17.68	107.32	656.95	
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		3	0	0	0	0	
Итого за на весь день		3.00					
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4.09	4.5	58,9	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	200	3.67	3.27	6.24	85,2	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10.57	20.76	17.26	296,15	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1.65	0.3	12.15	58,8	
	БАТОН	25	1.91	0.25	12.83	65,49	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38,7	
	БУЛЬОН МЯСНОЙ	200	2.8	2.3	1	37,5	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 10гр	150	3.59	4.57	37.33	204,35	
	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		1146.00	30.79	64.47	117.39	1165.00	
Полдник	МОЛОКО	198	5.6	4.9	9.3	104,8	
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5.04	4.2	38.08	212,8	
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 8,10 гр	30	0.03	0	23.82	96,3	
Итого за полдник		298.00	10.67	9.10	71.20	413.90	
ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1.05	9.92	7.71	124,32	
	ОМЛЕТ	147	11.78	13.59	4.8	187,5	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1.65	0.3	12.15	58,8	
	БАТОН	34	2.79	0.4	17.2	83,3	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.12	0.03	0.04	0.91	
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 6,8,10гр	180	7.84	7.84	44.81	280,39	
		ХЛЕБЦЫ (диета) 10гр	20	1.58	0.28	16.38	74,4
Итого за ужин 1		652.00	26.81	32.36	103.09	809.62	
Итого за день		2893.00	85.69	123.81	418.79	3131.47	

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