

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____

02.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценн ость |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод ы | |
| 03.04.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША АССОРТИ | 198 | 5,1 | 5,5 | 26,1 | 172,6 |
| | БАТОН | 18 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | ХЛЕБЦЫ (диета)Гр.№12 | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 198 | 2,9 | 2,5 | 14,87 | 98,8 |
| Итого за завтрак 1 | | 449,00 | 11,92 | 12,82 | 78,44 | 480,00 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета)Гр.№3;№ 12 | 200 | 0,51 | 0 | 13,2 | 56,3 |
| Итого за завтрак 2 | | 400,00 | 1,51 | 0,20 | 33,00 | 142,30 |
| 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 РАСТИТЕЛЬНОМ | 57 | 1 | 5,9 | 4,9 | 82,8 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 200 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,6 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 | 96,58 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 76 | 9,2 | 8,7 | 13,5 | 176,09 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 14 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | ХЛЕБЦЫ (диета)Гр.№12 | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| Итого за обед | | 738,00 | 21,76 | 20,92 | 108,56 | 724,22 |
| Полдник | КЕФИР | 185 | 5,99 | 0,2 | 7,99 | 61,94 |
| | ПРЯНИКИ | 29 | 1,77 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| Итого за полдник | | 214,00 | 7,76 | 1,60 | 30,49 | 171,74 |
| Ужин 1 | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,9 | 0,06 | 5,28 | 25,2 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 190 | 7,52 | 9,21 | 34,2 | 250,62 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 26 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,78 |
| Итого за ужин 1 | | 465,00 | 11,68 | 9,78 | 75,42 | 435,10 |
| Итого за день | | 2269,00 | 54,63 | 45,32 | 325,91 | 1953,36 |
| Среднее значение за период | | 2269,00 | 54,63 | 45,32 | 325,91 | 1953,36 |

Исполнитель: Василь

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____

02.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценн ость |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|--------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод ы | |
| 03.04.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША АССОРТИ | 148 | 3,61 | 3,79 | 21,34 | 127,76 |
| | БАТОН | 18 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 178 | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92 |
| | ЧАЙ С | 150 | 0 | 0 | 7,33 | 29,41 |
| Итого за завтрак 1 | | 499,00 | 7,77 | 10,44 | 54,95 | 343,09 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | 200,00 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 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 РАСТИТЕЛЬНОМ | 38 | 0,67 | 3,93 | 3,27 | 55,2 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 180 | 2,59 | 2,06 | 13,82 | 84,24 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 2,6 | 2,46 | 10,13 | 77,26 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 57 | 6,55 | 6,33 | 10,56 | 121,53 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 14 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,15 | 0,08 | 11,63 | 47,63 |
| Итого за обед | | 578,00 | 14,88 | 15,22 | 68,49 | 472,66 |
| Полдник | КЕФИР | 166 | 5,39 | 0,18 | 7,19 | 55,75 |
| | ПРЯНИКИ | 29 | 1,77 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| Итого за полдник | | 195,00 | 7,16 | 1,58 | 29,69 | 165,55 |
| Ужин 1 | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ | 40 | 0,6 | 0,04 | 3,52 | 16,8 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 150 | 6,26 | 7,67 | 28,49 | 208,84 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 24 | 1,38 | 0,25 | 10,13 | 49 |
| | БАТОН | 26 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 390,00 | 10,37 | 8,31 | 67,76 | 388,59 |
| Итого за день | | 1865,00 | 41,18 | 35,75 | 240,69 | 1455,89 |
| Среднее значение за период | | 1865,00 | 41,18 | 35,75 | 240,69 | 1455,89 |

Исполнитель: Василь