

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)
23.06.2025
Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.06.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		330,00	7,10	10,71	40,55	290,35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95,00	0,40	0,40	9,30	44,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		590,00	13,94	14,97	69,30	481,52
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		230,00	7,90	5,51	58,03	283,76
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		400,00	7,90	8,16	37,04	279,68
Итого за день		1648,00	37,24	39,75	214,22	1379,96

Исполнитель: Диететра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Окуленко Ольга Владимировна)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)
23.06.2025
Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.06.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		430,00	8,95	12,80	49,77	354,80
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		735,00	18,66	19,42	93,85	642,70
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	3,75	1,41	53,62	200,71
Итого за полдник		270,00	9,55	6,41	75,52	356,71
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79	49
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		500,00	10,15	11,26	43,21	374,26
Итого за день		2038,00	47,71	50,29	272,15	1775,47

Исполнитель: Диететра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Окуленко Ольга Владимировна)