

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
 (Ушакова Ирина Юрьевна)
 26.06.2025

Заведующий
 № 229

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360,00	8,47	12,25	43,79	319,29
Завтрак 2	ЯБЛОКО	155	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		155,00	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 "ЗДОРОВЬЕ"	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,47
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
	Итого за обед	620,00	15,09	28,23	55,16	561,97
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,06	4,41	24,25	158,52
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	40	1,2	0,13	2,67	16
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		414,00	13,31	10,80	43,87	339,74
Итого за день		1752,00	42,33	56,09	176,87	1426,52

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

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
 (Ушакова Ирина Юрьевна)
 26.06.2025

Заведующий
 № 229

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	Итого за завтрак 1	430,00	10,14	14,32	50,95	373,25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	155	0,4	0,4	9,8	47
	АПЕЛЬСИН	111	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		266,00	1,29	0,60	17,90	90,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	Итого за обед	730,00	17,14	30,34	67,42	642,52
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		220,00	5,62	4,90	25,18	169,00
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	60	1,8	0,2	4	24
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		469,00	14,21	10,92	49,24	365,53
Итого за день		2118,00	48,40	61,08	210,69	1640,30

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