

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)  
26.02.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| <b>28.02.2025</b>     |  |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ  | 200       | 5,74             | 4,96  | 24,26    | 165,63      |
|                       | 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           | 10,49 | 12,06    | 52,86       |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)  | 193       | 1                | 0,2   | 19,8     | 86          |
| Итого за завтрак 2    |  | 193,00    | 1,00             | 0,20  | 19,80    | 86,00       |
| На весь день          | Соль йодированная  | 5         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |  | 5,00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 200       | 5,17             | 5,54  | 8,54     | 119,82      |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ                            | 150       | 3,9              | 5,5   | 39,1     | 126,4       |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                             | 80        | 5,63             | 20,8  | 6,51     | 227,63      |
|                       | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ  | 30        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 20        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
|                       | БАТОН  | 180       | 0,09             | 0,09  | 16,1     | 66,69       |
|                       | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК  | 720,00    | 18,67            | 36,37 | 98,75    | 706,64      |
|                       | Итого за обед  |           | 159              | 5,6   | 5        | 22          |
| Полдник               | СНЕЖОК   | 30        | 0,03             | 0     | 23,82    | 96,3        |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ  | 189,00    | 5,63             | 5,00  | 45,82    | 250,30      |
| Итого за полдник      |  | 60        | 0,69             | 4     | 5,5      | 61          |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ                         | 149       | 12,88            | 11,75 | 20,25    | 253,88      |
|                       | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА   | 49        | 0,6              | 2,2   | 5,1      | 54          |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ   | 15        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | БАТОН  | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА   | 453,00    | 16,38            | 18,33 | 49,88    | 453,00      |
| Итого за ужин 1       |  | 1990,00   | 52,17            | 71,96 | 267,11   | 1859,27     |
| Итого за день         |  |           |                  |       |          |             |

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)  
26.02.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| <b>28.02.2025</b>     |  |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ  | 150       | 4,3              | 3,71  | 18,19    | 124,24      |
|                       | 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           | 8,73  | 10,54    | 45,22       |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)  | 193       | 1                | 0,2   | 19,8     | 86          |
| Итого за завтрак 2    |  | 193,00    | 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 180       | 4,65             | 4,99  | 7,69     | 107,84      |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ                            | 110       | 2,86             | 4,03  | 28,67    | 92,69       |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                             | 60        | 4,22             | 15,6  | 4,88     | 170,72      |
|                       | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ  | 25        | 1,38             | 0,25  | 10,13    | 49          |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 150       | 0,08             | 0,08  | 13,42    | 55,58       |
|                       | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК  | 565,00    | 13,90            | 27,53 | 67,63    | 513,87      |
|                       | Итого за обед  |           | 180              | 5,04  | 4,5      | 19,8        |
| Полдник               | СНЕЖОК   | 20        | 0,02             | 0     | 15,88    | 64,2        |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ  | 163,00    | 5,06             | 4,50  | 35,68    | 202,80      |
| Итого за полдник      |  | 40        | 0,46             | 2,67  | 3,67     | 40,67       |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ                         | 129       | 12,68            | 12,2  | 18,69    | 247,31      |
|                       | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА   | 29        | 0,36             | 1,32  | 3,66     | 32,4        |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ   | 10        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | БАТОН  | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА   | 388,00    | 15,11            | 16,47 | 38,91    | 380,70      |
| Итого за ужин 1       |  | 1672,00   | 43,80            | 59,24 | 207,24   | 1495,24     |
| Итого за день         |  |           |                  |       |          |             |

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