

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Быкова Т.В.)
 08.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 06.03.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | ЛАПША МОЛОЧНАЯ | 200 | 4,7 | 4,9 | 16 | 125,8 |
| | БАТОН | 24 | 1,91 | 0,25 | 12,83 | 65,49 |
| | 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 | | 429.00 | 9.56 | 11.80 | 43.75 | 327.59 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 197 | 0,98 | 0,2 | 19,49 | 84,71 |
| Итого за завтрак 2 | | 197.00 | 0.98 | 0.20 | 19.49 | 84.71 |
| 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 РАСТИТЕЛЬНЫМ | 58 | 1 | 5,9 | 4,9 | 82,8 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 199 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,6 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,66 | 96,58 |
| | СУФЛЕ ИЗ КУР | 80 | 14,17 | 18,25 | 3,44 | 234,69 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,65 | 0,3 | 12,15 | 58,8 |
| | БАТОН | 19 | 1,53 | 0,2 | 10,26 | 52,39 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,18 | 0,09 | 13,96 | 57,15 |
| Итого за обед | | 716.00 | 24.66 | 30.11 | 72.73 | 676.01 |
| Полдник | КЕФИР | 198 | 5,96 | 0,2 | 7,95 | 61,63 |
| | ПРЯНИКИ | 30 | 1,77 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| | БАТОН | 29 | 2,38 | 0,34 | 14,67 | 71,05 |
| Итого за полдник | | 257.00 | 10.11 | 1.94 | 45.12 | 242.48 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 200 | 7,23 | 11,21 | 47,55 | 323,67 |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ | 50 | 0,6 | 2,2 | 6,1 | 54 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,1 | 0,2 | 8,1 | 39,2 |
| | БАТОН | 28 | 2,3 | 0,33 | 14,16 | 68,6 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,78 |
| Итого за ужин 1 | | 478.00 | 11.27 | 13.94 | 85.06 | 522.25 |
| Итого за день | | 2079.00 | 56.58 | 57.99 | 266.15 | 1853.04 |

Исполнитель: Заведующий _____ (Быкова Т.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Быкова Т.В.)
05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн. ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 06.03.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | ЛАПША МОЛОЧНАЯ | 150 | 3,53 | 3,66 | 12 | 94,35 |
| | БАТОН | 24 | 1,91 | 0,25 | 12,83 | 85,49 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92 |
| Итого за завтрак 1 | | 359.00 | 8.10 | 10.33 | 38.26 | 286.26 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,79 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | 200.00 | 1.00 | 0.20 | 19.79 | 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 РАСТИТЕЛЬНЫМ | 38 | 0,67 | 3,93 | 3,27 | 55,2 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 179 | 2,59 | 2,06 | 13,82 | 84,24 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 2,6 | 2,46 | 10,13 | 77,26 |
| | СУФЛЕ ИЗ КУР | 60 | 10,63 | 13,69 | 2,58 | 176,02 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,1 | 0,2 | 8,1 | 39,2 |
| | БАТОН | 19 | 1,53 | 0,2 | 10,26 | 52,39 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,15 | 0,08 | 11,63 | 47,63 |
| Итого за обед | | 586.00 | 19.27 | 22.62 | 59.79 | 531.94 |
| Полдник | КЕФИР | 178 | 5,36 | 0,18 | 7,15 | 55,44 |
| | ПРЯНИКИ | 30 | 1,77 | 1,4 | 22,5 | 108,8 |
| | БАТОН | 19 | 1,53 | 0,2 | 10,26 | 52,39 |
| Итого за полдник | | 227.00 | 8.66 | 1.78 | 39.91 | 217.63 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 150 | 5,42 | 8,41 | 35,66 | 242,75 |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ | 40 | 0,48 | 1,76 | 4,88 | 43,2 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,1 | 0,2 | 8,1 | 39,2 |
| | БАТОН | 23 | 1,89 | 0,27 | 11,64 | 56,35 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 169 | 0,03 | 0 | 8,65 | 34,76 |
| Итого за ужин 1 | | 402.00 | 8.92 | 10.64 | 68.93 | 416.26 |
| Итого за день | | 1777.00 | 45.95 | 45.57 | 226.68 | 1538.09 |

Исполнитель: Заведующий _____ (Быкова Т.В.)