

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Быкова Т.В.)  
 22.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.01.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	195	4,96	5,36	25,45	168,28
	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		424.00	9.82	12.26	53.20	370.07
Завтрак 2	ЯБЛОКО	121	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		121.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ	56	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	28	1,54	0,28	11,34	54,88
	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		712.00	24.55	30.09	71.92	672.09
Полдник	КЕФИР	187	5,69	0,19	7,58	58,8
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
Итого за полдник		259.00	10.72	2.36	53.28	281.18
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	26	2,13	0,31	13,15	63,7
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		465.00	11.68	9.77	69.87	415.49
Итого за день		1986.00	57.17	54.88	258.07	1785.83

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Быкова Т.В.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Быкова Т.В.)  
22.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли солнышко

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.01.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	145	3,49	3,66	20,63	123,5
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	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		354.00	10.37	14.93	75.19	479.93
Завтрак 2	ЯБЛОКО	121	0,42	0,42	9,79	46,98
Итого за завтрак 2		121.00	0.42	0.42	9.79	46.98
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	37	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		585.00	19.27	22.62	59.79	531.94
Полдник	КЕФИР	150	4,54	0,15	6,06	46,98
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		208.00	11.16	2.54	97.15	464.92
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	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	26	2,13	0,31	13,15	63,7
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	169	0,03	0	8,65	34,76
Итого за ужин 1		405.00	10.12	8.22	61.91	363.30
Итого за день		2235.00	51.34	48.73	303.83	1887.07

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Быкова Т.В.)