

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Быкова Т.В.)

22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	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
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		466.00	20.01	23.32	91.26	568.19
Завтрак 2	ЯБЛОКО	112	0,45	0,45	10,98	52,64
Итого за завтрак 2		112.00	0.45	0.45	10.98	52.64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,04	0,37	14,99	72,52
	БАТОН	19	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		775.00	29.11	33.19	74.55
Полдник	МОЛОКО	191	5,37	4,7	8,93	100,59
	ПЕЧЕНЬЕ	42	0,04	0	33,35	134,82
	БАТОН	19	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за полдник		252.00	9.82	5.32	90.31	455.70
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	148	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	49	1,01	3,16	3,36	45,71
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	189	0,04	0	9,66	38,83
Итого за ужин 1		479.00	31.01	19.15	67.33	568.01
Итого за день		2885.00	90.40	81.43	334.43	2398.05

Исполнитель: Заведующий (Быкова Т.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Быкова Т.В.)
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли солнышко

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	149	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		396.00	13.46	15.10	39.31	350.97
Завтрак 2	ЯБЛОКО	112	0,45	0,45	10,98	52,64
Итого за завтрак 2		112.00	0.45	0.45	10.98	52.64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	179	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,49	0,27	10,94	52,92
	БАТОН	19	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		645.00	21.62	25.62	60.39	583.86
Полдник	МОЛОКО	171	4,81	4,21	8	90,1
	ПЕЧЕНЬЕ	21	0,02	0	16,67	67,41
	БАТОН	19	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за полдник		211.00	6.36	4.41	34.93	209.90
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	39	0,81	2,51	2,68	36,38
	БАТОН	19	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		406.00	25.63	15.60	52.00	458.37
Итого за день		1773.00	67.52	61.18	197.61	1653.74

Исполнитель: Заведующий (Быкова Т.В.)