

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Быкова Т.В.)
29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	199	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		428.00	19.09	20.67	108.20	697.80
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193	0,97	0,19	19,19	83,41
Итого за завтрак 2		193.00	1.45	0.67	30.95	139.81
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,8	3	6,3	56,5
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,82	0,33	13,41	64,88
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		697.00	22.86	28.18	69.98
Полдник	МОЛОКО	193	5,43	4,75	9,02	101,64
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	68	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		261.00	10.54	14.32	51.67	398.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	ОМЛЕТ	149	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	181	0,12	0,03	0,04	0,92
Итого за ужин 1		454.00	17.23	18.32	38.19	388.61
Итого за день		2726.00	71.17	82.16	298.99	2257.26

Исполнитель: (Быкова Т.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Быкова Т.В.)
29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли солнышко

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	149	4,57	4,3	18,77	130,86
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		358.00	9.41	11.13	45.78	324.50
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		199.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,53	2	4,2	37,67
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,27	0,23	9,38	45,39
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		572.00	18.77	22.50	55.16
Полдник	МОЛОКО	173	4,87	4,26	8,09	91,16
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	58	4	8,26	25,99	209,73
Итого за полдник		231.00	8.87	12.52	34.08	300.89
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	ОМЛЕТ	149	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	170	0,11	0,03	0,04	0,86
Итого за ужин 1		401.00	19.70	37.33	36.31	554.80
Итого за день		1934.00	57.75	83.68	191.12	1770.89

Исполнитель: _____ (Быкова Т.В.)