

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()

07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	149	4,25	3,96	24,42	149,98
	БАТОН	21	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		354,00	9,09	10,79	51,43	343,60
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		180,00	0,90	0,18	17,81	77,40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	58	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		585,00	13,95	22,96	74,23	538,51
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	34	0,03	0	27	109,14
Итого за полдник		213,00	5,07	4,41	35,37	203,46
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	127	18,76	7,64	20,65	226,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,1	0,2	8,1	39,2
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		412,00	24,30	18,40	46,11	452,57
Итого за день		1747,00	53,31	56,74	224,95	1615,54

Исполнитель _____

Шеф-повар: _____

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____
 07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	159	4,53	4,22	26,05	159,98
	БАТОН	21	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		714,00	16,22	17,85	100,77	632,62
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 ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	59	3	4,5	4,12	69
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	78	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		705,00	17,24	29,97	86,35	656,80
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	34	0,03	0	27	109,14
Итого за полдник		411,00	5,63	4,90	45,10	249,23
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	169	24,97	10,16	27,48	301,11
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	29	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		502,00	32,68	26,64	59,84	610,89
Итого за день		2535,00	72,77	79,56	311,85	2235,54

Исполнитель: _____
 Шеф-повар: _____ ()