

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 19.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	149	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		690.00	15.78	14.53	95.31	565.45
Завтрак 2	ЯБЛОКО	123	0,52	0,52	12,04	57,81
Итого за завтрак 2		123.00	0.52	0.52	12.04	57.81
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	60	4,5	5,7	1,85	123,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	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		574.00	12.73	15.34	66.86	437.62
Полдник	КЕФИР	149	4,49	0,15	5,99	46,46
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		379.00	7.77	6.31	42.52	260.67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	57	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		388.00	7.39	8.22	35.94	278.94
Итого за день		2157.00	44.19	44.92	252.67	1600.49

Исполнитель: _____
 Шеф-повар: _____

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 19.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		415.00	10.21	11.02	46.24	316.02
Завтрак 2	ЯБЛОКО	123	0,49	0,49	12,05	57,81
Итого за завтрак 2		123.00	0.49	0.49	12.05	57.81
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	80	6	7,6	2,47	164,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		726.00	17.59	20.44	92.96	594.29
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		249.00	9.98	8.80	46.01	306.24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	76	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		567.00	13.43	39.96	42.14	618.66
Итого за день		2083.00	51.70	80.71	239.40	1893.02

Исполнитель: _____
 Шеф-повар: _____ ()