

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_()  
 19.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	145	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	175	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		349.00	8.88	12.25	43.77	325.28
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	96	0,86	0,19	7,85	41,7
Итого за завтрак 2		96.00	0.86	0.19	7.85	41.70
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 РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	58	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,2	8,1	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за обед		806.00	18.61	10.99	50.28	421.65
Полдник	МОЛОКО	170	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		378.00	5.06	4.41	33.05	193.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	40	2,12	6,82	6,23	94,61
	ОМЛЕТ	142	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	29	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		539.00	24.10	28.68	74.39	657.75
Итого за день		2171.00	57.51	56.52	209.34	1640.19

Исполнитель: \_\_\_\_\_  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ ()  
 19.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	193	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	194	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
Итого за завтрак 1		746.00	14.13	18.88	97.12	618.87
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		695.00	16.43	13.86	53.38
Полдник	МОЛОКО	189	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		417.00	5.62	4.90	34.96	208.21
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	3,18	10,23	9,34	141,92
	ОМЛЕТ	141	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
Итого за ужин 1		623.00	26.91	33.72	86.48	757.42
Итого за день		2684.00	64.09	71.56	291.73	2128.15

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()