

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Дубровина М.А.)
27.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод ы	
30.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,17	1,88	11,15	74,1
Итого за завтрак 1		375.00	12.63	14.37	38.92	340.15
Завтрак 2	СОК (фруктовый)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	59,05
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		590.00	12.71	10.34	49.43
Полдник	МОЛОКО	161	4,51	3,94	7,49	84,36
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	60	4,8	2,4	28,8	143,98
Итого за полдник		221.00	9.31	6.34	36.29	228.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	Итого за ужин 1		370.00	8.75	10.00	46.54
Итого за день		1759.00	44.40	41.25	190.98	1337.21

Исполнитель: Диетсестра (Мильчакова А.А.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Дубровина М.А.)
25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод ы	
30.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,95	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		460.00	14.54	16.01	47.68	398.32
Завтрак 2	СОК (фруктовый)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПЮРЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КАРТОФЕЛЬНОЕ	56	3,14	0,45	24,86	109,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		726.00	17.96	14.51	65.36
Полдник	МОЛОКО	161	4,51	3,94	7,49	84,36
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	70	5,6	2,8	33,6	167,97
Итого за полдник		231.00	10.11	6.74	41.09	252.33
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	49	0,73	2,45	3,19	39,12
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	39	2,34	0,39	20,01	92,82
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,32
	Итого за ужин 1		448.00	10.70	12.08	57.44
Итого за день		2068.00	54.31	49.54	231.37	1629.30

Исполнитель: Диетсестра (Мильчакова А.А.)