

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Крупина А.В.)
11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	205	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	36	2,08	0,35	17,79	82,38
	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		445.00	11.42	12.93	58.57	395.09
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ 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	63	3,41	0,49	27,07	119,5
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		704.00	22.70	28.15	73.92	634.61
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	67	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		266.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	1,15	2,47	3,21	39,72
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	41	2,39	0,4	20,49	94,87
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400.00	12.28	13.03	28.87	299.54
Итого за день		2017.00	57.63	68.78	220.57	1763.04
Среднее значение за период		2017.00	57.63	68.78	220.57	1763.04

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Крупина А.В.)

11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	154	4,57	4,3	18,8	131,1
	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗ МОЛОКА(диета 2 порции гр 2,6)	150	2,6	1	9,4	98
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
	ХЛЕБЦЫ (диета 1 порция гр 6)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 2 порции гр 2,6)	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за завтрак 1		524.00	9.89	11.30	54.04	356.64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО(диета 2 порции гр2,6)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		297.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ(диета 1 порция гр 2)	180	2,38	3,62	8,93	77,04
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	170	8,98	17,65	14,67	251,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	ХЛЕБЦЫ (диета 1 порция гр6)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		803.00	23.19	28.33	80.38	663.27
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,27
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,27	6,76	21,25	171,53
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 2 порции гр 2,6)	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	ПЕЧЕНЬЕ Б/ГЛ.(диета 2 порции гр 2,6)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		397.00	8.43	11.20	45.53	330.76
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	23	0,85	1,82	2,36	29,16
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА (диета 1 порция гр 6)	156	28,52	4,6	57,98	387,35
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)(диета 1 порция гр 6)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
	ХЛЕБЦЫ (диета 1 порция гр 6)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		564.00	46.06	21.43	91.98	764.62
Итого за день		2590.00	48.97	42.86	201.53	1448.29
Среднее значение за период		2590.00	48.97	42.86	201.53	1448.29

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()