УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____Шишкова Е.В.
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,03	8,13	27,86	205,11
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,46	4,47	0	54,78
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	РИС ОТВАРНОЙ(диета)	150	3	3,3	34,05	173,7
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ `МОЗАИКА`	60	1,72	4,42	6,09	71,34
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,17	3,29	7,13	66,62
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,41	9,28	19,7	175,25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Среднее значение за период		2244.00	51.40	58.45	287.75	1936.73

Исполнитель:_____Супруненко Л.А
Шеф-повар:_____Карандашева В.Г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____Шишкова Е.В.
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	4,27	6,91	23,69	174,34
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,77	75,53
Итого за завтрак 1		357.00	10.09	11.33	50.88	346.83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
	ЯБЛОКО	150	0,63	0,63	14,68	70,5
Итого за завтрак 2		250.00	1.13	0.73	24.57	113.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `МОЗАИКА`	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Итого за обед		620.00	14.13	15.81	70.19	490.10
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		206.00	5.07	4.42	29.02	177.78
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	2,73	7,42	15,76	140,2
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		400.00	7.76	10.61	47.64	327.88
Итого за день		1836.00	38.18	42.90	222.30	1456.09
Среднее значение за период		1836.00	38.18	42.90	222.30	1456.09

Исполнитель:_____Супруненко Л.А.
Шеф-повар:_____Карандашева В.Г.