

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Фоминых Я.В.)
10.06.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.06.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	137	13,47	12,96	19,85	262,65
	БАТОН	14,7	0,88	0,15	7,56	34,99
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	27	0,34	1,23	3,41	30,17
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		363,70	14,85	18,52	30,91	366,13
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		180,00	0,90	0,18	17,81	77,40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	63	13,76	11,31	5,79	179,99
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	27	0,49	2,37	1,58	29,77
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	11	0,62	0,09	4,84	21,56
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		600,00	21,91	22,07	70,45	568,32
Полдник	КЕФИР	153,51	4,6	0,15	6,13	47,55
	МОЛОКО	190	5,29	4,63	8,79	99,01
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		383,51	11,49	5,38	38,02	250,46
Ужин 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	158	3,72	3,88	12,64	99,38
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		338,00	3,83	3,91	12,68	100,20
Итого за день		1868,21	52,98	50,06	169,87	1362,51

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Фоминых Я.В.)
10.06.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.06.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	158	13,75	12,54	21,62	271,03
	БАТОН	14,7	0,88	0,15	7,56	34,99
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	28	0,35	1,27	3,53	31,28
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		405,70	15,16	18,14	32,80	375,81
Завтрак 2	ЯБЛОКО	113	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		113,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	84	18,34	15,08	7,72	239,99
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	47	0,84	4,08	2,72	51,12
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	11	0,62	0,09	4,84	21,56
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		751,00	28,22	29,85	88,57	733,19
Полдник	МОЛОКО	211	5,88	5,14	9,76	110,01
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		251,00	7,48	5,74	32,86	213,91
Ужин 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	211	4,96	5,17	16,88	132,72
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		391,00	5,07	5,20	16,92	133,54
Итого за день		1914,70	56,33	59,33	180,95	1503,45