

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

16.06.2025

(Фоминых Я.В.)



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	157,5	3,9	4,73	17,13	127,44
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	189	2,74	2,36	14,05	93,37
Итого за завтрак 1		381,50	10,45	10,32	44,03	316,83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	189,19	0,95	0,19	18,72	81,35
Итого за завтрак 2		189,19	0,95	0,19	18,72	81,35
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00	0	0	0	0
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	189	4,84	3,4	14,06	106,6
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	63	10,58	3,84	2,8	91,35
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		632,00	21,18	13,91	77,57	519,31
Полдник	КЕФИР	169	5,09	0,17	6,79	52,64
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		199,00	6,86	1,57	29,29	162,44
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	63	2,72	2,93	2,27	58,49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		413,00	8,40	9,89	43,40	324,02
Итого за день		1817,69	47,94	34,71	175,73	1144,05

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

16.06.2025

(Фоминых Я.В.)



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

		Категория: Сад			Эн. ценность	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	210	5,21	6,3	22,83	169,9
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,04	2,63	15,61	103,74
		458,00	12,75	13,05	51,29	380,61
Итого за завтрак 1		200	1	0,2	19,8	86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3,00				
Итого за на весь день		59	0,89	4	4	58,09
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	210	5,38	3,78	15,62	118,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3	3,3	34,05	173,7
	РИС ОТВАРНОЙ	84	14,11	5,12	3,74	121,8
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ПОДЛИВ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	180	0	0	9,7	38,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	763,00	26,50	17,78	92,81	637,35
Итого за обед		187	5,63	0,19	7,51	58,2
Полдник	КЕФИР	60	3,55	2,8	45	219,6
	ПРЯНИКИ	247,00	9,18	2,99	52,51	277,80
Итого за полдник		60,71	1,11	5,36	4,65	72,24
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	84	3,84	4,3	2,84	107,47
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	179	0,04	0	9,15	36,78
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	513,71	10,48	13,94	49,97	430,62
Итого за ужин 1		513,71	10,48	13,94	49,97	430,62
Итого за день		1817,69	47,96	34,71	175,73	1144,05