

УТВЕРЖДАЮ  
 \_\_\_\_\_ (М.П.)  
 25.04.2025  
 №19  
 г. Кирова

Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 28.04.2025            |                                                 |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ                           | 150       | 3,7              | 3,88  | 17,99    | 121,49      |
|                       | БАТОН                                           | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                  | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                | 180       | 2,88             | 2,43  | 14,13    | 90,63       |
| Итого за завтрак 1    |                                                 | 360.00    | 8.13             | 10.71 | 45.02    | 309.12      |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)                         | 200       | 1                | 0,2   | 19,8     | 86          |
|                       | ГРУША                                           | 77        | 0,37             | 0,29  | 9,79     | 44,64       |
| Итого за завтрак 2    |                                                 | 277.00    | 1.37             | 0.49  | 29.59    | 130.64      |
| На весь день          | Соль йодированная                               | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |                                                 | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ                | 41        | 1,43             | 4,03  | 3,11     | 54,12       |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ                           | 180       | 3,31             | 3,74  | 14,98    | 107,28      |
|                       | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ              | 120       | 2,17             | 2,32  | 12,18    | 79,18       |
|                       | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)             | 50        | 6,21             | 14,59 | 6,37     | 173,94      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 25        | 1,38             | 0,25  | 10,13    | 49          |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25       |
| Итого за обед         |                                                 | 566.00    | 14.50            | 24.93 | 54.85    | 495.77      |
| Полдник               | МОЛОКО                                          | 180       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32       |
|                       | ПРЯНИКИ                                         | 30        | 1,77             | 1,4   | 22,5     | 109,8       |
| Итого за полдник      |                                                 | 210.00    | 6.81             | 5.81  | 30.87    | 204.12      |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ.С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 40        | 0,5              | 2,18  | 2,61     | 32,43       |
|                       | СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ                                | 120       | 14,24            | 11,3  | 23,82    | 250,94      |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                                  | 50        | 0,6              | 2,2   | 2,3      | 38,5        |
|                       | БАТОН                                           | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                   | 150       | 0,67             | 0,83  | 9,51     | 36,72       |
| Итого за ужин 1       |                                                 | 385.00    | 17.51            | 16.76 | 51.09    | 418.09      |
| Итого за день         |                                                 | 1801.00   | 48.32            | 58.70 | 211.42   | 1557.74     |

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Ситникова Н.А.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Мыльникова Т.В.)  
25.04.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценность |
|-----------------------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
|                       |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |              |
| 28.04.2025            |                                                 |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 1             | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ                           | 200       | 4,87             | 5,3   | 25,56    | 168,96       |
|                       | БАТОН                                           | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                  | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5         |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                | 200       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7        |
|                       |                                                 | 430.00    | 9.62             | 12.40 | 54.16    | 366.66       |
| Итого за завтрак 1    |                                                 |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)                         | 200       | 1                | 0,2   | 19,8     | 86           |
|                       | ГРУША                                           | 80        | 0,38             | 0,31  | 10,31    | 47           |
|                       | ЯБЛОКО                                          | 104       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47           |
|                       |                                                 | 384.00    | 1.78             | 0.91  | 39.91    | 180.00       |
| Итого за завтрак 2    |                                                 |           |                  |       |          |              |
| На весь день          | Соль йодированная                               | 3         | 0                | 0     | 0        | 0            |
| Итого за на весь день |                                                 | 3.00      |                  |       |          |              |
| Обед                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ                | 62        | 2,14             | 6,05  | 4,66     | 81,18        |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ                           | 200       | 3,68             | 4,16  | 16,64    | 119,2        |
|                       | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ              | 150       | 2,71             | 2,9   | 15,22    | 98,98        |
|                       | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)             | 65,36     | 8,11             | 19,08 | 8,32     | 227,37       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 33,87     | 1,9              | 0,27  | 15,04    | 66,39        |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7         |
|                       |                                                 | 691.23    | 18.54            | 32.46 | 69.58    | 631.82       |
|                       | Итого за обед                                   |           |                  |       |          |              |
| Полдник               | МОЛОКО                                          | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8        |
|                       | ПРЯНИКИ                                         | 40        | 2,36             | 1,87  | 30       | 146,4        |
|                       |                                                 | 240.00    | 7.96             | 6.77  | 39.30    | 251.20       |
| Итого за полдник      |                                                 |           |                  |       |          |              |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60        | 0,75             | 3,27  | 3,92     | 48,64        |
|                       | СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ                                | 141,56    | 16,8             | 13,33 | 28,09    | 296,02       |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                                  | 50        | 0,6              | 2,2   | 2,3      | 38,5         |
|                       | БАТОН                                           | 29,55     | 1,77             | 0,3   | 15,16    | 70,33        |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                   | 180       | 0,8              | 1     | 11,41    | 44,06        |
|                       |                                                 | 461.11    | 20.72            | 20.10 | 60.88    | 497.55       |
| Итого за ужин 1       |                                                 |           |                  |       |          |              |
| Итого за день         |                                                 | 2209.34   | 58.62            | 72.64 | 263.83   | 1927.23      |

Исполнитель: Медсестра Ситникова Н.А.  
Шеф-повар: 0