

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Мыльникова Т.В.)

29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		395.00	12.74	14.82	36.76	332.88
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	111	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		111.00	0.79	0.16	7.28	38.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,73	1,53	33,73
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	14,3	10,12	11,17	191,81
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	0,36	2,94	2,76	39,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	10	0,6	0,1	5,14	23,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		610.00	21.14	22.95	55.90	532.74
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		210.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		370.00	25.15	14.99	42.21	406.23
Итого за день		1699.00	64.89	57.33	174.34	1501.05

Исполнитель: Медсестра (Ситникова Н.А.)

Шеф-повар: ()

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Мыльникова Т.В.)

29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		470.00	14.53	16.36	44.90	386.30
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	117	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		117.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	4,1	2,3	50,6
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	73,52	17,53	12,4	13,68	235,03
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29,41	1,65	0,24	13,06	57,64
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		762.93	28.15	31.20	76.77	732.99
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		250.00	5.65	4.90	49.00	265.30
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	30,64	1,84	0,31	15,75	72,92
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		450.64	29.59	17.77	54.85	500.00
Итого за день		2053.57	78.81	70.43	233.62	1927.59

Исполнитель: Медсестра (Ситникова Н.А.)

Шеф-повар: