

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Мыльникова Т.В.)



14.03.2025  
Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	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	8.47	12.25	43.79	319.29
Завтрак 2	ЯБЛОКО	132	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		132.00	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 ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	38	0,67	3,38	2,02	38
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	181	3,17	3,65	17,99	87,77
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		569.00	11.86	23.35	45.06	458.43
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		228.00	8.64	7.41	35.57	246.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	40	2,12	6,82	6,23	94,61
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		380.00	13.07	17.31	37.85	374.95
Итого за день		1672.00	42.44	60.72	172.07	1445.99

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

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ( )

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Мыльникова Т.В.)

18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	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
Итого за завтрак 1		430,00	10,14	14,32	50,95	373,25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	132	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		132,00	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 ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	56	1	5,07	3,03	57
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	202	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		698,00	15,20	30,65	58,21	591,81
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		268,00	10,64	9,10	47,38	317,60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	3,18	10,23	9,34	141,92
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,8	1,75	0,25	13,85	61,15
	БАТОН	31,59	1,9	0,32	16,24	75,18
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		452,79	15,46	20,93	53,36	477,68
Итого за день		1983,79	51,84	75,40	219,70	1807,34

Исполнитель: Медсестра *cf* (Ситникова Н.А.)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ 0