



УТВЕРЖДАЮ
И.О.заведующего Бадулина А.М.
21.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белк и	Жиры	Углево ды	
22.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	39	2,44	0,41	20,88	96,69
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (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		484.00	15.47	16.52	52.93	423.49
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	71	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		264.00	1.40	0.60	29.60	133.00
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	58	1,13	4,56	4,09	64
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		787.00	14.04	20.31	64.60	575.38
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		255.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	39	2,41	0,4	20,64	95,55
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		458.00	30.66	18.83	65.71	543.17
Итого за день		2253.00	70.42	63.73	263.39	1981.14



УТВЕРЖДАЮ
И.О.заведующего Бадулина А.М.
21.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево ды	
22.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	148	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		401.00	13.34	14.92	41.90	356.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	169	0,9	0,18	17,81	77,4
	ЯБЛОКО	68	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		237.00	1.30	0.58	27.11	122.05
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	37	0,75	3,04	2,73	42,67
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		646.00	9.89	14.06	51.26	423.00
Полдник	МОЛОКО	177	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		207.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79	35,39
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	149	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		377.00	26.19	15.89	53.22	450.85
Итого за день		1871.00	57.53	51.26	204.36	1556.70