

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4.96	6	21.74	161.81
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	1.62	2.09	0	25.56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2.83	3.11	13.52	89.62
Итого за завтрак 1		410.00	10.91	11.45	48.11	336.49
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0.9	3	3.9	47.9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5.2	3.65	15.11	114.52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.59	4.57	37.33	204.35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11.39	9.6	5.9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28	47.6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		720.00	24.14	21.35	99.80	693.32
Полдник	КЕФИР	200	5.99	0.2	7.99	61.94
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119.98
Итого за полдник		250.00	9.99	2.20	31.99	181.92
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1.1	5.3	4.6	71.4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3.07	4.16	27.65	136.8
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7.1	1.6	3.9	77.4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.12	0.16	8.8	39.2
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		525.00	14.53	11.57	72.09	444.88
Итого за день		2012.00	59.97	46.97	261.79	1703.61
Среднее значение за период		2012.00	59.97	46.97	261.79	1703.61

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
3/11/2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
11.03.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3.71	4.5	16.31
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	1.62	2.09	0
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2.67	2.94	12.77
Итого за завтрак 1		350.00	9.50	9.78	41.93
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.59	2	2.6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4.69	3.29	13.62
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.63	3.35	27.37
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.54	7.2	4.43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.38	0.25	10.13
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63
Итого за обед		585.00	19.18	16.37	80.06
Полдник	КЕФИР	180	5.39	0.18	7.19
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24
Итого за полдник		230.00	9.39	2.18	31.19
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0.8	3.47	3.02
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2.46	3.33	22.12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5.32	1.2	2.93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.12	0.16	8.8
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63
Итого за ужин 1		410.00	10.93	8.36	54.78
Итого за день		1680.00	49.40	37.09	217.76
Среднее значение за период		1680.00	49.40	37.09	217.76

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
121.37
59.5
25.56
84.64
291.07
47
47.00
0
31.93
103.24
149.86
122.25
49
47.6
47.63
551.51
55.75
119.98
175.73
46.22
105.48
58.05
39.2
47.6
30.65
327.20
1392.51
1392.51