

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
11.03.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ диета	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		862,00	18,08	18,55	113,54	691,98
Завтрак 2	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		398,00	1,00	0,20	29,58	125,21
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	150	28,52	4,6	57,98	387,35
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		730,00	57,22	51,53	118,49	1153,67
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		490,00	12,29	18,43	57,71	465,01
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	59	0,96	2,04	4,08	37,2
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	80	7,89	7,89	3,19	136
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,22	0,22	15,43	74,33
Итого за ужин 1		679,00	24,35	24,53	89,00	717,24
Итого за день		3162,00	112,94	113,24	408,32	3153,11

Исполнитель: Борисова ()
Шеф-повар: Кочев ()

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
11.03.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	27	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		362.00	9.00	11.13	45.80	318.51
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,85	42,79
Итого за завтрак 2		104.00	0.50	0.10	9.85	42.79
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	120	22,82	3,68	46,38	309,88
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		594.00	45.29	38.81	93.58	896.01
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		230.00	8.35	11.25	29.88	267.89
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	39	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,9	66,9
Итого за ужин 1		399.00	10.94	10.75	42.72	332.65
Итого за день		1692.00	74.08	72.04	221.83	1857.85

Исполнитель:

Шеф-повар

Бурда
Колос