

И. А. Заверушина
 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий

27.02.2025



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ диета	200	2,91	5,83	33,73	198,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	23	1,19	0,2	10,19	47,19
	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		856.00	23.20	27.25	120.37	842.48
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		394.00	1.00	0.20	29.58	125.21
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С	60	0,69	4	5,5	61
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	198	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		718.00	16.75	16.49	79.26	468.79
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		447.00	9.43	10.26	50.10	331.81
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	БАТОН	24	1,17	0,2	10,04	46,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		464.00	12.56	27.52	23.80	396.58
Итого за день		2884.00	62.94	81.72	303.11	2164.87

Исполнитель: Заверушина И.А.
 Шеф-повар: Королев



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Н.О. Заверюшина*

27.02.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ диета	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	23	1,19	0,2	10,19	47,19
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		696.00	19.34	24.67	80.82	639.13
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		104.00	0.50	0.10	9.90	43.00
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		589.00	13.33	12.89	63.56	379.21
Полдник	МОЛОКО	177	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
Итого за полдник		371.00	5.05	4.41	28.29	174.56
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	БАТОН	24	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		394.00	9.68	20.44	19.98	305.12
Итого за день		2157.00	47.90	62.51	202.55	1541.02

Исполнитель: *Заверюшина* ()
Шеф-повар: *Колоф* ()