



Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Санникова Наталья

Владимировна)

21.05.2025

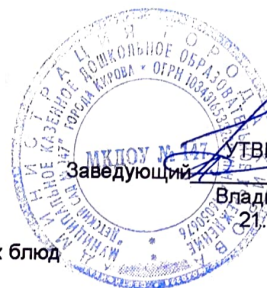
Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.05.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	141	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	51	0,61	2,24	6,22	55,08
	БАТОН	41	3,07	0,51	26,34	121,97
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		418.00	16.72	18.68	52.90	469.25
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	58	1,22	5,3	4,61	70,55
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	83	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	Итого за обед		791.00	23.46	34.65	87.72
Полдник	КЕФИР	193	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	62	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		255.00	9.74	1.61	61.51	262.65
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	66	13,15	27,63	0,77	290,55
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		420.00	18.20	31.01	37.65	493.83
Итого за день		2087.00	69.12	86.15	259.57	2047.57

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Зыкина О.С.)



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Санникова Наталья
Владимировна)
21.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.05.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		410.00	16.40	17.75	49.70	443.60
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,66	4,86	26,43	98,57
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	64	8,13	11,54	0	143,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,23	0,32	16,16	78,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		684.00	18.69	26.83	74.81	597.60
Полдник	КЕФИР	193	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	49	2,7	1,02	38,57	144,63
Итого за полдник		242.00	8.69	1.22	46.56	206.57
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,66	10,97	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11,31	23,76	0,66	249,87
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		399.00	15.93	26.72	35.85	440.27
Итого за день		1938.00	60.71	72.72	226.71	1774.04

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Зыкина О.С.)