

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (И.А.Мухаметшина)  
04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием<br>пищи         | Наименование блюда                    | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценно<br>сть |
|-----------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|-----------------|
|                       |                                       |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                 |
| 05.06.2025            |                                       |              |                  |       |          |                 |
| Завтрак<br>1          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                  | 154          | 13               | 12    | 20       | 254             |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                        | 29           | 0,4              | 1,3   | 1,4      | 23              |
|                       | БАТОН                                 | 35           | 2,1              | 0,4   | 18       | 83              |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                        | 5            | 0,1              | 4,2   | 0,1      | 38              |
|                       | КАКАО С МОЛОКОМ                       | 198          | 2,9              | 2,5   | 15       | 99              |
| Итого за завтрак 1    |                                       | 421.00       | 18.29            | 20.07 | 54.53    | 496.58          |
| Завтрак<br>2          | ЯБЛОКО                                | 127          | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47              |
| Итого за завтрак 2    |                                       | 127.00       | 0.40             | 0.40  | 9.80     | 47.00           |
| На весь<br>день       | Соль йодированная                     | 3            | 0                | 0     | 0        | 0               |
| Итого за на весь день |                                       | 3.00         |                  |       |          |                 |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ              | 60           | 2                | 7,8   | 3,4      | 93              |
|                       | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                | 199          | 3,5              | 4,1   | 8,9      | 98              |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150          | 3,9              | 5,5   | 39       | 126             |
|                       | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ            | 80           | 7,1              | 1,6   | 3,9      | 77              |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ              | 48           | 0,9              | 4,3   | 2,8      | 53              |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 51           | 2,8              | 0,4   | 22       | 98              |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ        | 180          | 0                | 0     | 9,7      | 39              |
| Итого за обед         |                                       | 768.00       | 20.22            | 23.61 | 89.97    | 584.11          |
| Полдник               | КЕФИР                                 | 190          | 6                | 0,2   | 8        | 62              |
|                       | ПРЯНИКИ                               | 33           | 2,4              | 1,9   | 30       | 148             |
| Итого за полдник      |                                       | 223.00       | 8.37             | 2.08  | 38.24    | 209.56          |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ      | 60           | 1                | 4,1   | 4,5      | 59              |
|                       | КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ                  | 200          | 5,6              | 8     | 27       | 242             |
|                       | БАТОН                                 | 38           | 1,8              | 0,3   | 15       | 71              |
|                       | ПОДЛИВ                                | 50           | 0,4              | 1,9   | 3,5      | 34              |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 31           | 1,7              | 0,3   | 12       | 59              |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 180          | 0                | 0     | 8,8      | 35              |
| Итого за ужин 1       |                                       | 559.00       | 10.43            | 14.60 | 71.36    | 499.69          |
| Итого за день         |                                       | 2101.00      | 57.71            | 60.76 | 263.90   | 1836.94         |

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (А.В.Крысова)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Л.А.Паскарь)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (И.А.Мухаметшина)  
04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием<br>пищи         | Наименование блюда                    | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |          |              | Эн.ценнос<br>ть |
|-----------------------|---------------------------------------|--------------|------------------|----------|--------------|-----------------|
|                       |                                       |              | Белк<br>и        | Жир<br>ы | Углевод<br>ы |                 |
| 05.06.2025            |                                       |              |                  |          |              |                 |
| Завтрак<br>1          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                  | 133          | 12,7             | 12,2     | 18,7         | 247             |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                        | 49           | 0,6              | 2,2      | 2,3          | 38,5            |
|                       | БАТОН                                 | 25           | 1,5              | 0,25     | 12,9         | 59,5            |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                        | 5            | 0,05             | 4,15     | 0,05         | 37,5            |
|                       | КАКАО С МОЛОКОМ                       | 179          | 2,61             | 2,25     | 13,4         | 88,9            |
| Итого за завтрак 1    |                                       | 391.00       | 17.44            | 21.05    | 47.27        | 471.73          |
| Завтрак<br>2          | ЯБЛОКО                                | 128          | 0,4              | 0,4      | 9,8          | 47              |
| Итого за завтрак 2    |                                       | 128.00       | 0.40             | 0.40     | 9.80         | 47.00           |
| На весь<br>день       | Соль йодированная                     | 3            | 0                | 0        | 0            | 0               |
| Итого за на весь день |                                       | 3.00         |                  |          |              |                 |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ              | 40           | 1,35             | 5,21     | 2,23         | 61,9            |
|                       | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                | 179          | 3,17             | 3,65     | 7,99         | 87,8            |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 120          | 3,12             | 4,4      | 31,3         | 101             |
|                       | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ            | 60           | 5,32             | 1,2      | 2,93         | 58,1            |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ              | 29           | 0,53             | 2,55     | 1,7          | 32              |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 31           | 1,68             | 0,24     | 13,3         | 58,8            |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ        | 150          | 0                | 0        | 8,08         | 32,3            |
| Итого за обед         |                                       | 609.00       | 15.17            | 17.25    | 67.53        | 431.83          |
| Полдни<br>к           | КЕФИР                                 | 171          | 5,39             | 0,18     | 7,19         | 55,8            |
|                       | ПРЯНИКИ                               | 33           | 2,38             | 1,88     | 30,3         | 148             |
| Итого за полдник      |                                       | 204.00       | 7.77             | 2.06     | 37.44        | 203.37          |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ      | 40           | 0,67             | 2,73     | 3            | 39,3            |
|                       | КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ                  | 150          | 4,19             | 6        | 20,3         | 181             |
|                       | ПОДЛИВ                                | 30           | 0,24             | 1,14     | 2,1          | 20,2            |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 20           | 1,12             | 0,16     | 8,8          | 39,2            |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                         | 180          | 0                | 0        | 8,8          | 35,3            |
| Итого за ужин 1       |                                       | 420.00       | 6.22             | 10.03    | 42.99        | 315.38          |
| Итого за день         |                                       | 1755.00      | 47.00            | 50.79    | 205.03       | 1469.31         |

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (А.В.Крысова)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Л.А.Паскарь)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (И.А.Мухаметшина)  
04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Диета

| Прием<br>пищи         | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |           |              | Эн.ценнос<br>ть |
|-----------------------|----------------------------------|--------------|------------------|-----------|--------------|-----------------|
|                       |                                  |              | Белк<br>и        | Жир<br>ы  | Угледов<br>ы |                 |
| 05.06.2025            |                                  |              |                  |           |              |                 |
| Завтра<br>к 1         | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ          | 199          | 6,98             | 10,4      | 25           | 222             |
|                       | БАТОН                            | 25           | 1,5              | 0,25      | 12,9         | 59,5            |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                   | 5            | 0,05             | 4,15      | 0,05         | 37,5            |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                   | 200          | 0,12             | 0,03      | 0,04         | 0,91            |
| Итого за завтрак 1    |                                  | 429.00       | 8.65             | 14.8<br>5 | 37.94        | 320.29          |
| Завтра<br>к 2         | ЯБЛОКО                           | 128          | 0,4              | 0,4       | 9,8          | 47              |
| Итого за завтрак 2    |                                  | 128.00       | 0.40             | 0.40      | 9.80         | 47.00           |
| На<br>весь<br>день    | Соль йодированная                | 3            | 0                | 0         | 0            | 0               |
| Итого за на весь день |                                  | 3.00         |                  |           |              |                 |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ         | 60           | 2,02             | 7,81      | 3,35         | 92,8            |
|                       | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ           | 199          | 3,52             | 4,05      | 8,88         | 97,5            |
|                       | РИС ОТВАРНОЙ                     | 150          | 3                | 3,3       | 34,1         | 174             |
|                       | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ       | 80           | 7,1              | 1,6       | 3,9          | 77,4            |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ         | 49           | 0,88             | 4,25      | 2,84         | 53,3            |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 31           | 1,68             | 0,24      | 13,3         | 58,8            |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ   | 180          | 0                | 0         | 9,7          | 38,7            |
| Итого за обед         |                                  | 749.00       | 18.20            | 21.2<br>5 | 76.04        | 592.21          |
| Полдни<br>к           | КЕФИР                            | 190          | 5,99             | 0,2       | 7,99         | 61,9            |
|                       | ПРЯНИКИ                          | 33           | 2,38             | 1,88      | 30,3         | 148             |
| Итого за полдник      |                                  | 223.00       | 8.37             | 2.08      | 38.24        | 209.56          |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ | 60           | 1                | 4,1       | 4,5          | 58,9            |
|                       | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ               | 150          | 2,92             | 4,92      | 15           | 141             |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 31           | 1,68             | 0,24      | 13,3         | 58,8            |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 180          | 0                | 0         | 8,8          | 35,3            |
| Итого за ужин 1       |                                  | 421.00       | 5.60             | 9.26      | 41.62        | 294.14          |
| Итого за день         |                                  | 1953.0<br>0  | 41.22            | 47.8<br>4 | 203.64       | 1463.20         |

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (А.В.Крысова)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Л.А.Паскарь)