

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,6	159
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,9	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	101
Итого за завтрак 1		431.00	10.99	13.20	58.15	356.34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	203	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	80	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		283.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	59	0,31	2,97	4,67	44,2
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,5	111
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,6	20,8	17,3	296
	БАТОН	20	1,15	0,19	9,88	45,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,3	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		691.00	21.47	28.00	65.31
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	105
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,03	0	23,8	96,3
Итого за полдник		211.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,92	6,26	6,54	91,1
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,1	5,13	164
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,64	0,3	12,1	58,3
	БАТОН	36	2,1	0,35	18	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		458.00	14.40	17.07	41.76	397.67
Итого за день		2077.00	53.89	63.77	227.94	1682.96

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,16	119
	БАТОН	26	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		361.00	9.11	11.40	49.19	306.61
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	177	0,9	0,18	17,79	77,27
	ЯБЛОКО	76	0,38	0,38	9,31	44,65
Итого за завтрак 2		253.00	1.28	0.56	27.10	121.92
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,21	1,98	3,11	29,49
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,1
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,9
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		571.00	17.97	22.41	53.51
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		191.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,28	4,17	4,36	60,72
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		417.00	12.53	14.71	39.94	358.85
Итого за день		1796.00	45.96	53.49	201.93	1463.54

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,6	169
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,9	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,2
Итого за завтрак 1		431.00	6.42	9.70	48.24	305.17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	80	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		280.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,31	2,97	4,67	44,2
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,5	111
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,6	20,8	17,3	296
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,3	58,8
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,9	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		698.00	21.82	28.06	68.28	608.58
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	105
	ПЕЧЕНЬЕ	23	0,05	0	42,1	170
Итого за полдник		221.00	5.65	4.90	51.44	275.18
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,92	6,26	6,54	91,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,3	204
	БАТОН	31	1,79	0,3	15,3	70,9
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		501.00	15.30	19.05	62.42	503.19
Итого за день		2134.00	50.59	62.31	259.98	1825.12

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