

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	158	12,88	11,75	20,25	253,9
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		447.00	18.53	20.95	59.26	527.48
Завтрак 2	МАНДАРИН	106	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		106.00	0.56	0.14	15.20	64.00
На весь 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	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	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
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	48	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		749.00	20.22	23.61	89.97
Полдник	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	70	33,6	71,4	274,4	187,6
Итого за полдник		266.00	39.59	71.60	282.39	249.54
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,2
	БАТОН	35	1,81	0,3	15,51	71,81
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		475.00	13.62	28.03	37.38	458.52
Итого за день		2046.00	92.52	144.33	484.20	1883.65

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,3
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		368.00	17.20	20.17	48.63	465.63
Завтрак 2	МАНДАРИН	106	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		106.00	0.56	0.14	15.20	64.00
На весь 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	61,86
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,1
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		597.00	15.17	17.25	67.53
Полдник	КЕФИР	177	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	50	24	51	196	134
Итого за полдник		227.00	29.39	51.18	203.19	189.75
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	40	1,07	2,4	4,6	43,47
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94	229
	БАТОН	18	1,23	0,2	10,51	48,68
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		398.00	10.47	21.91	28.85	356.42
Итого за день		1699.00	72.79	110.65	363.40	1507.63

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	198	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		428.00	8.65	14.85	37.94	320.29
Завтрак 2	МАНДАРИН	106	0,56	0,14	15,2	64
	Итого за завтрак 2		106.00	0.56	0.14	15.20
На весь 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	19	1,68	0,24	13,3	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		737.00	18.20	21.25	76.04	592.21
Полдник	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,9
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	161
Итого за полдник		246.00	6.04	0.20	47.69	222.44
Ужин 1	САЛАТ `ЗИМНИЙ`	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,2	24,1	6,17	286
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,9	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		462.00	13.31	27.98	34.72	446.21
Итого за день		1982.00	46.76	64.42	211.59	1645.15

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