

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
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)