

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Диета

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блю | Пищевые | | | Эн.ценно |
|-----------------------|--|---------|---------|------|------|----------|
| | | | Белк | Жир | Угле | |
| 20.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША `АССОРТИ` | 200 | 5,1 | 5,5 | 26,1 | 173 |
| | БАТОН | 25 | 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 | | 430. | 6.65 | 9.90 | 48.7 | 308. |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| | ЯБЛОКО | 103 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 303. | 1.40 | 0.60 | 29.6 | 133. |
| На весь | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 60 | 1 | 5,9 | 4,9 | 82,8 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 198 | 6 | 4,4 | 16 | 158 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,7 | 96,6 |
| | КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ | 79 | 10,8 | 15,3 | 0 | 190 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,3 | 47,6 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,68 | 0,24 | 13,3 | 58,8 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,18 | 0,09 | 14 | 57,2 |
| Итого за обед | | 714. | 24.1 | 29.2 | 71.1 | 691. |
| Полдник | КЕФИР | 196 | 5,99 | 0,2 | 7,99 | 61,9 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 0,03 | 0 | 23,8 | 96,3 |
| Итого за полдник | | 226. | 6.02 | 0.20 | 31.8 | 158. |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60 | 0,75 | 3,27 | 3,92 | 48,6 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 3,59 | 4,57 | 37,3 | 204 |
| | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ | 80 | 7,89 | 7,89 | 3,19 | 136 |
| | БАТОН | 35 | 2,1 | 0,35 | 18 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,8 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 | |
| Итого за ужин 1 | | 523. | 15.4 | 16.2 | 80.3 | 548. |
| Итого за день | | 2201 | 53.6 | 56.1 | 261. | 1839 |

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

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
 19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюд | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|----------|------------------|-------|-------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углев | |
| 20.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША `АССОРТИ` | 150 | 3,61 | 3,79 | 21,34 | 127,8 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92 |
| Итого за завтрак 1 | | 360.0 | 7.77 | 10.44 | 47.62 | 313.6 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 180 | 0,9 | 0,18 | 17,82 | 77,4 |
| | ЯБЛОКО | 98 | 0,38 | 0,38 | 9,32 | 44,72 |
| Итого за завтрак 2 | | 278.0 | 1.28 | 0.56 | 27.14 | 122.1 |
| На весь | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ | 40 | 0,67 | 3,93 | 3,27 | 55,2 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 178 | 5,4 | 3,96 | 14,4 | 142,3 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 2,6 | 2,46 | 10,13 | 77,26 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 59 | 6,55 | 6,33 | 10,56 | 121,5 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,15 | 0,08 | 11,63 | 47,63 |
| Итого за обед | | 585.0 | 17.69 | 17.12 | 69.07 | 530.7 |
| Полдник | КЕФИР | 176 | 5,39 | 0,18 | 7,19 | 55,75 |
| | ПРЯНИКИ | 39 | 2,95 | 2,33 | 37,41 | 182,6 |
| Итого за полдник | | 215.0 | 8.34 | 2.51 | 44.60 | 238.3 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 150 | 5,42 | 8,41 | 35,66 | 242,8 |
| | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ | 30 | 0,12 | 0 | 2,76 | 11,94 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,38 | 0,25 | 10,13 | 49 |
| | БАТОН | 35 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 387.0 | 9.05 | 9.01 | 74.17 | 417.6 |
| Итого за день | | 1828. | 44.13 | 39.64 | 262.6 | 1622. |

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

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (И.А.Мухаметшина)
 19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюд | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|----------|------------------|-------|-------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углев | |
| 20.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША `АССОРТИ` | 200 | 5,1 | 5,5 | 26,1 | 172,6 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | 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 | | 429.0 | 9.55 | 12.40 | 53.87 | 368.4 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| | ЯБЛОКО | 103 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 303.0 | 1.40 | 0.60 | 29.60 | 133.0 |
| На весь | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 60 | 1 | 5,9 | 4,9 | 82,8 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ | 198 | 6 | 4,4 | 16 | 158,1 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 | 96,58 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 79 | 9,2 | 8,7 | 13,5 | 176,1 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,18 | 0,09 | 13,96 | 57,15 |
| Итого за обед | | 719.0 | 22.81 | 22.66 | 87.20 | 689.0 |
| Полдник | КЕФИР | 196 | 5,99 | 0,2 | 7,99 | 61,94 |
| | ПРЯНИКИ | 39 | 2,95 | 2,33 | 37,41 | 182,6 |
| Итого за полдник | | 235.0 | 8.94 | 2.53 | 45.40 | 244.5 |
| Ужин 1 | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА | 200 | 7,23 | 11,21 | 47,55 | 323,7 |
| | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ | 50 | 0,2 | 0 | 4,6 | 19,9 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 35 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,78 |
| Итого за ужин 1 | | 483.0 | 10.69 | 11.72 | 88.09 | 502.8 |
| Итого за день | | 2174. | 53.39 | 49.91 | 304.1 | 1937. |

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