

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Кокоулина И.А.)
30.06.2025

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	148	3.71	4.5	16.31	121.37
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	168	2.46	2.12	12.63	83.92
Итого за завтрак 1		346.00	7.72	11.02	41.84	302.29
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.3	44.65
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.59	2	2.6	31.93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4.61	3.24	13.39	101.52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.09	4.11	22.37	83.41
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.54	7.2	4.43	122.25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		580.00	19.03	16.95	67.07	449.76
Полдник	КЕФИР	149	4.49	0.15	5.98	46.41
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3.2	2.66	25.72	146.29
Итого за полдник		199.00	7.69	2.81	31.70	192.70
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И	39	0.44	2.58	2.3	35.02
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2.53	3.13	11.4	101.86
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	13.32	5.46	0	102.6
	БАТОН	34	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		402.00	18.42	11.52	39.32	353.43
Итого за день		1630.00	53.26	42.70	189.23	1342.83

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4.96	6	21.74	161.81
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	198	2.9	2.5	14.87	98.8
Итого за завтрак 1		426.00	9.41	12.90	49.51	357.61
Завтрак 2	ЯБЛОКО	106	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		106.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0.9	3	3.9	47.9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5.12	3.6	14.88	112.8
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4.22	5.61	30.5	113.74
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11.39	9.6	5.9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.75	0.5	20.25	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		720.00	24.38	22.31	85.13	574.14
Полдник	КЕФИР	199	5.99	0.2	7.99	61.94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3.2	2.66	25.72	146.29
Итого за полдник		279.00	9.22	2.86	57.53	304.53
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	0.8	3.9	4	55.2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.25	127.33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17.76	7.28	0	136.8
	БАТОН	39	2.4	0.4	20.52	95.2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		507.00	24.17	15.50	47.92	451.31
Итого за день		2041.00	67.58	53.97	249.89	1734.59

Исполнитель: Медсестра (Перминова Ж.Н.)
Шеф-повар: (Дементьева О.Н.)