

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Гусь (Л.И. Ермолина)
 17.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 18.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ | 196 | 6,09 | 5,73 | 25,03 | 174,51 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО НА МОЛОКЕ | 176 | 2,83 | 3,11 | 13,52 | 89,62 |
| Итого за завтрак 1 | | 404.00 | 10.47 | 13.24 | 51.45 | 361.13 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 189 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | 189.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 | 86.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1 | 4,1 | 4,5 | 58,9 |
| | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ | 200 | 7,76 | 3,84 | 10,48 | 111,2 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ | 207 | 14,13 | 8,7 | 24,17 | 234,8 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 703.00 | 26.07 | 17.13 | 75.02 | 561.90 |
| Полдник | МОЛОКО | 195 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ | 69 | 4,63 | 9,57 | 30,11 | 243 |
| Итого за полдник | | 264.00 | 10.23 | 14.47 | 39.41 | 347.80 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 60 | 0,69 | 3,07 | 3,16 | 38,02 |
| | ОМЛЕТ | 147 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 39 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за ужин 1 | | 455.00 | 13.10 | 13.79 | 48.40 | 379.55 |
| Итого за день | | 2020.00 | 60.87 | 58.83 | 234.08 | 1736.38 |

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ Смир (Т.Н.Бичурина)

Шеф-повар: Сани (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Мисер (Л.И. Ермолина)
 17.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Диета

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 18.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША "ПОПУРРИ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 180 | 1,38 | 4,57 | 26,03 | 146,77 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО НА МОЛОКЕ | 176 | 2,83 | 3,11 | 13,52 | 89,62 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0 | 0 | 7,33 | 29,41 |
| Итого за завтрак 1 | | 538.00 | 5.76 | 12.08 | 59.78 | 362.80 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 94 | 0,5 | 0,1 | 9,85 | 42,77 |
| Итого за завтрак 2 | | 94.00 | 0.50 | 0.10 | 9.85 | 42.77 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ХЛЕБЦЫ (диета) | 20 | 1,58 | 0,28 | 16,38 | 74,4 |
| Итого за на весь день | | 25.00 | 1.58 | 0.28 | 16.38 | 74.40 |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 1 | 4,1 | 4,5 | 58,9 |
| | УХА С КРУПКОЙ РИСОВОЙ | 200 | 7,76 | 3,84 | 10,48 | 111,2 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ | 207 | 14,13 | 8,7 | 24,17 | 234,8 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 182 | 4,65 | 4,99 | 7,69 | 107,84 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 27 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 885.00 | 30.72 | 22.12 | 82.71 | 669.74 |
| Полдник | МОЛОКО | 195 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ | 61 | 4,63 | 9,57 | 30,11 | 243 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 456.00 | 10.25 | 14.47 | 64.09 | 447.30 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 60 | 0,69 | 3,07 | 3,16 | 38,02 |
| | ОМЛЕТ | 122 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | КУРИЦА ОТВАРНАЯ | 98 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | БАТОН | 24 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за ужин 1 | | 513.00 | 13.10 | 13.79 | 48.40 | 379.55 |
| Итого за день | | 2511.00 | 61.91 | 62.84 | 281.21 | 1976.56 |

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ Саникова (Г.Н. Бичурина)
 Шеф-повар: Саников (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Л.И. Ермолина (Л.И. Ермолина)
 17.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 18.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ | 176 | 5,47 | 5,15 | 22,48 | 156,7 |
| | БАТОН | 16 | 0,89 | 0,15 | 7,61 | 35,26 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 4 | 0,04 | 3,32 | 0,04 | 30 |
| | КАКАО НА МОЛОКЕ | 147 | 2,36 | 2,59 | 11,27 | 74,68 |
| Итого за завтрак 1 | | 343.00 | 8.76 | 11.21 | 41.40 | 296.64 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 94 | 0,5 | 0,1 | 9,85 | 42,77 |
| Итого за завтрак 2 | | 94.00 | 0.50 | 0.10 | 9.85 | 42.77 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,67 | 2,73 | 3 | 39,27 |
| | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ | 180 | 6,98 | 3,46 | 9,43 | 100,08 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ | 186 | 12,7 | 7,82 | 21,72 | 210,98 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,1 | 0,16 | 8,73 | 38,52 |
| | БАТОН | 16 | 0,89 | 0,15 | 7,61 | 35,26 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| Итого за обед | | 591.00 | 22.34 | 14.32 | 58.57 | 456.36 |
| Полдник | МОЛОКО | 176 | 5,05 | 4,42 | 8,39 | 94,59 |
| | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ | 49 | 3,29 | 6,8 | 21,38 | 172,57 |
| Итого за полдник | | 225.00 | 8.34 | 11.22 | 29.77 | 267.16 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 40 | 0,46 | 2,05 | 2,11 | 25,35 |
| | ОМЛЕТ | 127 | 7,46 | 8,75 | 4,43 | 141,8 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,1 | 0,16 | 8,73 | 38,52 |
| | БАТОН | 27 | 1,45 | 0,24 | 12,45 | 57,67 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0 | 0 | 7,33 | 29,42 |
| Итого за ужин 1 | | 363.00 | 10.47 | 11.20 | 35.05 | 292.76 |
| Итого за день | | 1619.00 | 50.41 | 48.05 | 174.64 | 1355.69 |

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ Т.Н. Бичурина (Т.Н. Бичурина)

Шеф-повар: С.Н. Санникова (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Л.И. Ермолина)
 17.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Диета ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 18.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША "ПОПУРРИ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 180 | 1,38 | 4,57 | 26,03 | 146,77 |
| | БАТОН | 16 | 0,89 | 0,15 | 7,61 | 35,26 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 4 | 0,04 | 3,32 | 0,04 | 30 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за завтрак 1 | | 380.00 | 2.31 | 8.04 | 42.48 | 247.33 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 94 | 0,5 | 0,1 | 9,85 | 42,77 |
| Итого за завтрак 2 | | 94.00 | 0.50 | 0.10 | 9.85 | 42.77 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,67 | 2,73 | 3 | 39,27 |
| | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ | 180 | 6,98 | 3,46 | 9,43 | 100,08 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ | 186 | 12,7 | 7,82 | 21,72 | 210,98 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,1 | 0,16 | 8,73 | 38,52 |
| | БАТОН | 16 | 0,89 | 0,15 | 7,61 | 35,26 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| Итого за обед | | 591.00 | 22.34 | 14.32 | 58.57 | 456.36 |
| Полдник | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ | 49 | 3,29 | 6,8 | 21,38 | 172,57 |
| Итого за полдник | | 229.00 | 3.29 | 6.80 | 30.18 | 207.87 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 40 | 0,46 | 2,05 | 2,11 | 25,35 |
| | КУРИЦА ОТВАРНАЯ | 87 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,1 | 0,16 | 8,73 | 38,52 |
| | БАТОН | 27 | 1,45 | 0,24 | 12,45 | 57,67 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0 | 0 | 7,33 | 29,42 |
| Итого за ужин 1 | | 323.00 | 3.01 | 2.45 | 30.62 | 150.96 |
| Итого за день | | 1620.00 | 31.45 | 31.71 | 171.70 | 1105.29 |

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ (Т.Н. Бичурина)
 Шеф-повар: (С. Н. Санникова)