

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Л.И. Ермолина  
 20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	189	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		452.00	18.09	20.62	68.25	533.98
Завтрак 2	ЯБЛОКО	81	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		81.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	93,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		687.00	16.61	28.64	68.50	592.75
Полдник	МОЛОКО	187	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	22	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		209.00	7.37	6.30	31.80	214.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ШАРЛОТКА	140	11,33	13,13	27,15	273,6
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		466.00	14.43	17.51	55.28	438.62
Итого за день		1900.00	56.90	73.47	233.13	1824.60

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий *Л.И. Ермолина* (Л.И. Ермолина)  
 20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		593.00	13.73	16.96	76.80	422.20
Завтрак 2	ЯБЛОКО	86	0,42	0,42	9,87	47,41
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		286.00	1.42	0.62	29.67	133.41
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	93,6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		887.00	19.49	30.93	83.86	686.35
Полдник	МОЛОКО	187	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		418.00	7.39	6.30	56.48	314.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ШАРЛОТКА	139	11,33	13,13	27,15	273,6
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	БАТОН	55	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		564.00	18.45	46.16	55.28	684.13
Итого за день		2773.00	62.06	101.25	318.47	2314.59

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий *Л.И. Ермолина* (Л.И. Ермолина)  
 20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	170	7,43	8,24	35,39	245,99
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	145	2,4	2,03	11,8	75,66
Итого за завтрак 1		375.00	15.86	18.93	55.25	457.65
Завтрак 2	ЯБЛОКО	81	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		81.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	2,67	3	38,6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	1,94	3,09	12,09	84,19
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	180	9,51	18,68	15,53	266,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		597.00	15.00	24.88	62.30	527.97
Полдник	МОЛОКО	168	5,03	4,4	8,36	94,15
	ПРЯНИКИ	22	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		190.00	6.80	5.80	30.86	203.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ШАРЛОТКА	121	9,79	11,35	23,47	236,47
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	25	1,46	0,24	12,49	57,85
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		366.00	11.92	14.29	42.42	347.61
Итого за день		1612.00	49.98	64.30	200.13	1581.83

Исполнитель: Заместитель заведующей по АХЧ *С.Н. Санникова* (С.Н. Санникова)

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий *Л.И. Ермолина*  
 20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Диета ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	145	2,4	2,03	11,8	75,66
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,42
Итого за завтрак 1		475.00	11.55	15.09	58.47	342.20
Завтрак 2	ЯБЛОКО	81	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		81.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	2,67	3	38,6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	1,94	3,09	12,09	84,19
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	180	9,51	18,68	15,53	266,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		597.00	15.00	24.88	62.30	527.97
Полдник	ПРЯНИКИ	22	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за полдник		172.00	1.77	1.40	29.83	139.21
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ШАРЛОТКА	121	9,79	11,35	23,47	236,47
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	25	1,46	0,24	12,49	57,85
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		366.00	11.92	14.29	42.42	347.61
Итого за день		1694.00	40.64	56.06	202.32	1401.64

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