

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Саникова (Т.Н. Бичурина)
30.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		419.00	9.34	13.51	48.16	348.43
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		199.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	56	1,6	3	3,79	49
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		739.00	24.58	21.21	95.20	674.25
Полдник	КЕФИР	210	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		240.00	7.76	1.60	30.49	171.74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12,19	7,43	3,75	131,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	48	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		549.00	19.52	14.86	57.84	465.66
Итого за день		2149.00	62.20	51.38	251.49	1746.08

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

Шеф-повар: Саникова (С. Н. Санникова)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Т.Н. Бичурина* (Т.Н. Бичурина)
30.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		799.00	13.84	19.41	78.96	542.73
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	195	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		195.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	6	1,42	0,25	14,74	66,96
Итого за на весь день		9.00	1.42	0.25	14.74	66.96
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	56	1,6	3	3,79	49
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		739.00	24.58	21.21	95.20	674.25
Полдник	КЕФИР	205	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		445.00	7.79	1.60	63.11	303.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	152	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12,19	7,43	3,75	131,15
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	51	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		634.00	23.54	43.51	57.84	711.17
Итого за день		2821.00	72.17	86.18	329.65	2384.45

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Т.Н. Бичурина
30.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	4,46	5,4	19,57	145,63
	БАТОН	34	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2,36	2,59	11,27	74,68
Итого за завтрак 1		369.00	8.37	12.39	43.74	317.31
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	179	0,9	0,18	17,81	77,36
Итого за завтрак 2		179.00	0.90	0.18	17.81	77.36
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	37	1,06	1,98	2,5	32,38
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		630.00	20.20	16.82	84.35	571.90
Полдник	КЕФИР	189	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		219.00	7.16	1.58	29.69	165.55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,6	2	2,6	31,93
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	3,4	12,35	110,35
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	9,14	5,57	2,81	98,36
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	48	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		459.00	15.74	11.48	52.18	393.79
Итого за день		1859.00	52.37	42.45	227.77	1525.91

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