

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Т.Н. Бичурина  
 15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	204	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		435.00	10.84	12.83	53.63	372.21
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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 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 (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		695.00	22.69	29.28	72.37	641.70
Полдник	КЕФИР	174	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		244.00	9.98	8.80	46.01	306.24
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	ОМЛЕТ	153	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		457.00	13.22	10.85	38.78	321.45
Итого за день		2034.00	57.73	61.96	230.59	1727.60

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Т.Н. Бичурина)  
 15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		381.00	8.34	11.67	65.93	402.05
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		33.00	2.37	0.42	24.57	111.60
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 (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		695.00	22.69	29.28	72.37	641.70
Полдник	КЕФИР	174	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		194.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	ОМЛЕТ	115	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	52	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		442.00	13.22	10.85	38.78	321.45
Итого за день		1945.00	53.03	52.60	244.52	1682.75

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий С. Н. Бичурина  
 15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	183	5,46	5,14	22,45	156,55
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	2,88	2,43	14,15	90,73
Итого за завтрак 1		394.00	9.89	11.97	49.50	344.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.85	64.50
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 (СВИНИНА)	180	9,51	18,68	15,53	266,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	11,63	47,63
Итого за обед		605.00	20.49	25.43	65.76	571.81
Полдник	КЕФИР	174	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		224.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,47	0,07	1,53	9,6
	ОМЛЕТ	132	7,45	8,74	4,43	141,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		386.00	11.79	9.43	37.30	293.98
Итого за день		1762.00	51.59	53.32	202.33	1509.24

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

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Бичурина (Т.Н. Бичурина)  
 15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Диета ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		299.00	4.42	8.06	50.09	289.89
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.85	64.50
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 (СВИНИНА)	180	9,51	18,68	15,53	266,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	11,63	47,63
Итого за обед		605.00	20.49	25.43	65.76	571.81
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		200.00	3.28	6.16	35.06	208.33
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,47	0,07	1,53	9,6
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		334.00	8.36	29.34	32.87	397.89
Итого за день		1591.00	37.30	69.14	198.63	1532.42

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