

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Т.Н. Бичурина)  
16.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 17.07.2025            |                                     |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                | 145       | 12,88            | 11,75 | 20,25    | 253,88      |
|                       | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО                    | 31        | 1,99             | 2,37  | 16,3     | 20,37       |
|                       | БАТОН                               | 33        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                      | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                      | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
| Итого за завтрак 1    |                                     | 394.00    | 17.13            | 18.65 | 54.63    | 395.87      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                              | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
| Итого за завтрак 2    |                                     | 100.00    | 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 'ЛЕТНИЙ'                      | 60        | 0,9              | 2,88  | 2,52     | 36,24       |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200       | 5,17             | 5,54  | 8,54     | 119,82      |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ  | 150       | 3,9              | 5,5   | 39,1     | 126,4       |
|                       | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ   | 80        | 12,19            | 7,43  | 3,75     | 131,15      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 52        | 2,79             | 0,4   | 20,2     | 98          |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7        |
| Итого за обед         |                                     | 722.00    | 24.95            | 21.75 | 83.81    | 550.31      |
| Полдник               | КЕФИР                               | 184       | 5,99             | 0,2   | 7,99     | 61,94       |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                             | 30        | 0,03             | 0     | 23,82    | 96,3        |
| Итого за полдник      |                                     | 214.00    | 6.02             | 0.20  | 31.81    | 158.24      |
| Ужин 1                | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                       | 60        | 0,5              | 0,1   | 1,5      | 8,4         |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 149       | 3,17             | 3,92  | 14,25    | 127,33      |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                     | 79        | 13,44            | 4,88  | 3,56     | 116         |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 31        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3        |
| Итого за ужин 1       |                                     | 499.00    | 18.79            | 9.14  | 41.43    | 345.83      |
| Итого за день         |                                     | 1932.00   | 67.29            | 50.14 | 221.48   | 1497.25     |

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий Т.Н. Бичурина  
16.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Диета

| Прием пищи            | Наименование блюда                           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 17.07.2025            |                                              |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 194       | 4,5              | 5,9   | 22       | 159         |
|                       | БАТОН                                        | 33        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                               | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                               | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
| Итого за завтрак 1    |                                              | 412.00    | 6.76             | 10.43 | 40.08    | 280.62      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                                       | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
| Итого за завтрак 2    |                                              | 100.00    | 0.40             | 0.40  | 9.80     | 47.00       |
| На весь день          | Соль йодированная                            | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
|                       | ХЛЕБЦЫ (диета)                               | 20        | 1,58             | 0,28  | 16,38    | 74,4        |
| Итого за на весь день |                                              | 23.00     | 1.58             | 0.28  | 16.38    | 74.40       |
| Обед                  | САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'                               | 60        | 0,9              | 2,88  | 2,52     | 36,24       |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ          | 200       | 5,17             | 5,54  | 8,54     | 119,82      |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 150       | 3,9              | 5,5   | 39,1     | 126,4       |
|                       | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ            | 80        | 12,19            | 7,43  | 3,75     | 131,15      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 52        | 2,79             | 0,4   | 20,2     | 98          |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                  | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7        |
| Итого за обед         |                                              | 722.00    | 24.95            | 21.75 | 83.81    | 550.31      |
| Полдник               | КЕФИР                                        | 184       | 5,99             | 0,2   | 7,99     | 61,94       |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                                      | 30        | 0,03             | 0     | 23,82    | 96,3        |
| Итого за полдник      |                                              | 214.00    | 6.02             | 0.20  | 31.81    | 158.24      |
| Ужин 1                | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                | 60        | 0,5              | 0,1   | 1,5      | 8,4         |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                            | 149       | 3,17             | 3,92  | 14,25    | 127,33      |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                              | 79        | 13,44            | 4,88  | 3,56     | 116         |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 26        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3        |
| Итого за ужин 1       |                                              | 494.00    | 18.79            | 9.14  | 41.43    | 345.83      |
| Итого за день         |                                              | 1965.00   | 58.50            | 42.20 | 223.31   | 1456.40     |

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Т.Н. Бичурина)  
16.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 17.07.2025            |                                     |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                | 126       | 11,12            | 10,14 | 17,48    | 219,1       |
|                       | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО                    | 31        | 1,99             | 2,37  | 16,3     | 20,37       |
|                       | БАТОН                               | 33        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                      | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                      | 150       | 0,09             | 0,03  | 0,03     | 0,68        |
| Итого за завтрак 1    |                                     | 345.00    | 15.35            | 17.04 | 51.85    | 360.95      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                              | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
| Итого за завтрак 2    |                                     | 100.00    | 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 'ЛЕТНИЙ'                      | 40        | 0,6              | 1,92  | 1,68     | 24,16       |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180       | 4,65             | 4,99  | 7,69     | 107,84      |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ  | 130       | 3,38             | 4,77  | 33,89    | 109,55      |
|                       | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ   | 60        | 9,14             | 5,57  | 2,81     | 98,36       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 52        | 2,79             | 0,4   | 20,2     | 98          |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25       |
| Итого за обед         |                                     | 612.00    | 20.56            | 17.65 | 74.35    | 470.16      |
| Полдник               | КЕФИР                               | 184       | 5,99             | 0,2   | 7,99     | 61,94       |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                             | 30        | 0,03             | 0     | 23,82    | 96,3        |
| Итого за полдник      |                                     | 214.00    | 6.02             | 0.20  | 31.81    | 158.24      |
| Ужин 1                | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                       | 40        | 0,33             | 0,07  | 1        | 5,6         |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                   | 129       | 2,74             | 3,39  | 12,34    | 110,24      |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                     | 59        | 10,04            | 3,64  | 2,66     | 86,63       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 31        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 150       | 0                | 0     | 7,33     | 29,42       |
| Итого за ужин 1       |                                     | 409.00    | 14.79            | 7.34  | 36.65    | 290.69      |
| Итого за день         |                                     | 1683.00   | 57.12            | 42.63 | 204.46   | 1327.04     |

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Т.Н. Бичурина)  
16.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Диета ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 17.07.2025            |                                              |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 145       | 3,38             | 4,43  | 16,5     | 119,25      |
|                       | БАТОН                                        | 33        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                               | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                               | 150       | 0,09             | 0,03  | 0,03     | 0,68        |
| Итого за завтрак 1    |                                              | 333.00    | 5.62             | 8.96  | 34.57    | 240.73      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                                       | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
| Итого за завтрак 2    |                                              | 100.00    | 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 'ЛЕТНИЙ'                               | 40        | 0,6              | 1,92  | 1,68     | 24,16       |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ          | 180       | 4,65             | 4,99  | 7,69     | 107,84      |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 130       | 3,38             | 4,77  | 33,89    | 109,55      |
|                       | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ            | 60        | 9,14             | 5,57  | 2,81     | 98,36       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 52        | 2,79             | 0,4   | 20,2     | 98          |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                  | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25       |
| Итого за обед         |                                              | 612.00    | 20.56            | 17.65 | 74.35    | 470.16      |
| Полдник               | ПЕЧЕНЬЕ                                      | 30        | 0,03             | 0     | 23,82    | 96,3        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 150       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
| Итого за полдник      |                                              | 180.00    | 0.03             |       | 31.15    | 125.71      |
| Ужин 1                | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                | 40        | 0,33             | 0,07  | 1        | 5,6         |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                            | 129       | 2,74             | 3,39  | 12,34    | 110,24      |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                              | 59        | 10,04            | 3,64  | 2,66     | 86,63       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 31        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 150       | 0                | 0     | 7,33     | 29,42       |
| Итого за ужин 1       |                                              | 409.00    | 14.79            | 7.34  | 36.65    | 290.69      |
| Итого за день         |                                              | 1637.00   | 41.40            | 34.35 | 186.52   | 1174.29     |

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