

СОГЛАСОВАНО

Мед.сестра

Теплякова Ю.В

27.02.2025

УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ НРМ ДОБУД/С "БУРАТИНО"

Скляренко Г.Н

27.02.2025

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Детский сад

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                             |                                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| День 24 (суббота)           |                                                     |           |                  |       |          |                            |             |
| ЗАВТРАК                     | Каша Пшенная молочная вязкая                        | 200       | 7,20             | 8,36  | 28,34    | 213,02                     | 1           |
|                             | Чай с молоком                                       | 180       | 1,46             | 1,44  | 11,14    | 61,16                      | 378         |
|                             | Бутерброды с джемом или повидлом (джем абрикосовый) | 30        | 1,32             | 2,11  | 15,90    | 87,82                      | 2           |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК            |                                                     | 410       | 9,98             | 11,91 | 55,38    | 362                        |             |
| ЗАВТРАК 2                   | Сок Апельсиновый                                    | 100       | 0,00             | 0,00  | 11,00    | 45                         | 390         |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2          |                                                     | 100       | 0,00             | 0,00  | 11,00    | 45                         |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с клецками                         | 180       | 8,30             | 10,94 | 17,62    | 202,39                     | 108         |
|                             | Рыба запеченная с картофелем по русски (минтай)     | 200       | 11,32            | 5,92  | 19,06    | 175,7                      | 253         |
|                             | Томаты порционно                                    | 60        | 0,00             | 0,00  | 1,02     | 4,08                       | 2,1         |
|                             | Компот из кураги и изюма                            | 180       | 1,46             | 0,16  | 39,02    | 157,52                     | 1,2         |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 30        | 2,37             | 0,30  | 1,35     | 67,14                      | Н           |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                                | 30        | 1,68             | 0,33  | 0,72     | 68,97                      | Н           |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                                     | 680       | 25,13            | 17,65 | 78,79    | 675,8                      |             |
| ПОЛДНИК                     | Молоко кипяченое                                    | 220       | 6,16             | 7,04  | 10,34    | 127,6                      | 385         |
|                             | Гренки                                              | 40        | 4,99             | 0,63  | 34,44    | 147,2                      | 1           |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК            |                                                     | 260       | 11,15            | 7,67  | 44,78    | 274,8                      |             |
| УЖИН                        | Макаронник с мясом                                  | 150       | 21,22            | 16,41 | 28,68    | 346,98                     | 285         |
|                             | Чай с лимоном                                       | 180       | 0,13             | 0,00  | 11,86    | 47,05                      | 377         |
|                             | Фрукты или ягоды свежие                             | 100       | 0,40             | 0,40  | 9,80     | 47                         | 338         |
|                             | Салат из белокочанной капусты                       | 50        | 0,65             | 1,12  | 4,64     | 29,8                       | 45          |
| ИТОГО ЗА УЖИН               |                                                     | 480       | 22,40            | 17,93 | 54,98    | 470,83                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                                     | 1930      | 68,66            | 55,16 | 244,93   | 1828,43                    |             |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:       |                                                     | 1930      | 68,66            | 55,16 | 244,93   | 1828,43                    |             |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: |                                                     | 1930      | 68,66            | 55,16 | 244,93   | 1828,43                    |             |

повар Черняева В.В

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная  
категория: Ясли

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                             |                                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| День 24 (суббота)           |                                                     |           |                  |       |          |                            |             |
| ЗАВТРАК                     | Каша Пшенная молочная вязкая                        | 140       | 5,04             | 5,85  | 19,84    | 149,11                     | 1           |
|                             | Чай с молоком                                       | 150       | 1,22             | 1,20  | 9,29     | 50,97                      | 378         |
|                             | Бутерброды с джемом или повидлом (джем абрикосовый) | 30        | 1,32             | 2,11  | 15,90    | 87,82                      | 2           |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК            |                                                     | 320       | 7,58             | 9,16  | 45,03    | 287,9                      |             |
| ЗАВТРАК 2                   | Сок Апельсиновый                                    | 100       | 0,00             | 0,00  | 11,00    | 45                         | 390         |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2          |                                                     | 100       | 0,00             | 0,00  | 11,00    | 45                         |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с клецками                         | 150       | 6,92             | 9,12  | 14,68    | 168,66                     | 108         |
|                             | Рыба запеченная с картофелем по русски (минтай)     | 120       | 6,79             | 3,55  | 11,44    | 105,42                     | 253         |
|                             | Томаты порционно                                    | 30        | 0,00             | 0,00  | 0,51     | 2,04                       | 2,1         |
|                             | Компот из кураги и изюма                            | 150       | 1,22             | 0,14  | 32,52    | 131,27                     | 1,2         |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 20        | 1,58             | 0,20  | 0,90     | 44,76                      | Н           |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                                | 20        | 1,12             | 0,22  | 0,48     | 45,98                      | Н           |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                                     | 490       | 17,63            | 13,23 | 60,53    | 498,13                     |             |
| ПОЛДНИК                     | Молоко кипяченое                                    | 180       | 5,04             | 5,76  | 8,46     | 104,4                      | 385         |
|                             | Гренки                                              | 30        | 3,74             | 0,47  | 25,83    | 110,4                      | 1           |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК            |                                                     | 210       | 8,78             | 6,23  | 34,29    | 214,8                      |             |
| УЖИН                        | Макаронник с мясом                                  | 110       | 15,56            | 12,03 | 21,03    | 254,45                     | 285         |
|                             | Салат из белокочанной капусты                       | 30        | 0,39             | 0,68  | 2,78     | 17,88                      | 45          |
|                             | Чай с лимоном                                       | 150       | 0,11             | 0,00  | 9,89     | 39,21                      | 377         |
|                             | Плоды или ягоды свежие                              | 95        | 0,38             | 0,38  | 9,31     | 44,65                      | 338         |
| ИТОГО ЗА УЖИН               |                                                     | 385       | 16,44            | 13,09 | 43,01    | 356,19                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                                     | 1505      | 50,43            | 41,71 | 193,86   | 1402,02                    |             |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:       |                                                     | 1505      | 50,43            | 41,71 | 193,86   | 1402,02                    |             |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: |                                                     | 1505      | 50,43            | 41,71 | 193,86   | 1402,02                    |             |