

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

08.07.2025

Меню на 08.07.2025 (Ясли)

| Блюдо                              | Выход, г    | Эн.ценность<br>(ккал.) | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы,<br>г | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|-------------|------------------------|--------------|--------------|----------------|----------------|
| Завтрак 1                          |             |                        |              |              |                |                |
| Каша манная молочная               | 150         | 329,65                 | 9,21         | 11,96        | 46,16          |                |
| Какао с молоком                    | 150         | 226,23                 | 4,97         | 5,77         | 38,14          | 134            |
| Батон с маслом и сыром             | 46          | 120,37                 | 3,54         | 1,38         | 23,02          |                |
| Завтрак 2                          |             |                        |              |              |                |                |
| Яблоко                             | 72          | 32,21                  | 0,3          | 0,3          | 7,17           | 6              |
| Кисель фруктовый                   | 150         |                        |              |              |                |                |
| Обед                               |             |                        |              |              |                |                |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне | 180         | 73,8                   | 1,8          | 3,24         | 9,54           | 3              |
| Котлета мясная                     | 60          | 133,24                 | 14,57        | 8,67         |                |                |
| Картофельное пюре                  | 110         | 87,02                  | 1,74         | 3,29         | 12,64          | 1              |
| Огурец свежий                      | 45          | 6,3                    | 0,34         | 0,05         | 1,13           | 29             |
| Компот из сухофруктов              | 150         | 168,78                 | 0,84         |              | 41,37          | 5              |
| Хлеб                               | 39          | 109,09                 | 3,5          | 1,27         | 22,4           | 1              |
| Батон                              | 22          | 76,66                  | 2,2          | 0,88         | 15,07          | 1              |
| Соль                               | 3           |                        |              |              |                | 1              |
| Полдник                            |             |                        |              |              |                |                |
| Кефир                              | 132         | 73,92                  | 3,83         | 4,22         | 5,28           | 2              |
| Батон                              | 22          | 76,66                  | 2,19         | 0,88         | 15,07          |                |
| Ужин 1                             |             |                        |              |              |                |                |
| Рыба под омлетом                   | 127         | 207                    | 22,67        | 10,9         | 4,94           |                |
| Свекла отварная                    | 50          | 52,5                   | 0,85         | 3,4          | 4,6            | 10             |
| Чай с сахаром                      | 150         | 39,43                  | 9,6          | 2,44         | 10,41          |                |
| Батон                              | 22          | 76,66                  | 2,19         | 0,88         | 15,07          |                |
| <b>Итого день</b>                  | <b>1680</b> | <b>1889,52</b>         | <b>84,34</b> | <b>59,53</b> | <b>272,01</b>  |                |

Исполнитель: Старшая медсестра Кулабухова О.В. (Кулабухова О.В.)  
Повар: Душина С.М. (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

08.07.2025

Меню на 08.07.2025 (Сад)

| Блюдо                              | Выход, г    | Эн.ценность<br>(ккал.) | Белки, г      | Жиры, г      | Углеводы,<br>г | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|-------------|------------------------|---------------|--------------|----------------|----------------|
| Завтрак 1                          |             |                        |               |              |                |                |
| Каша манная молочная               | 180         | 395,6                  | 11,05         | 14,35        | 55,4           |                |
| Какао с молоком                    | 180         | 271,49                 | 5,96          | 6,93         | 45,77          | 134            |
| Батон с маслом и сыром             | 54          | 141,31                 | 4,16          | 1,62         | 27,03          |                |
| Каша гречневая с маслом и сахаром  | 130         | 168,17                 | 5,69          | 4,82         | 25,23          | 3              |
| Чай с сахаром                      | 180         | 47,32                  | 11,52         | 2,93         | 12,49          |                |
| Завтрак 2                          |             |                        |               |              |                |                |
| Яблоко                             | 72          | 32,21                  | 0,3           | 0,3          | 7,17           | 6              |
| Кисель фруктовый                   | 180         |                        |               |              |                |                |
| Обед                               |             |                        |               |              |                |                |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне | 200         | 82                     | 2             | 3,6          | 10,6           | 3              |
| Котлета мясная                     | 70          | 155,47                 | 17,01         | 10,11        |                |                |
| Картофельное пюре                  | 120         | 94,94                  | 1,9           | 3,59         | 13,79          | 1              |
| Огурец свежий                      | 45          | 6,3                    | 0,34          | 0,05         | 1,13           | 29             |
| Компот из сухофруктов              | 180         | 202,55                 | 1,01          |              | 49,64          | 5              |
| Хлеб                               | 39          | 109,09                 | 3,5           | 1,27         | 22,4           | 1              |
| Батон                              | 22          | 76,66                  | 2,2           | 0,88         | 15,07          | 1              |
| Соль                               | 5           |                        |               |              |                | 1              |
| Полдник                            |             |                        |               |              |                |                |
| Кефир                              | 132         | 73,92                  | 3,83          | 4,22         | 5,28           | 2              |
| Батон                              | 22          | 76,66                  | 2,19          | 0,88         | 15,07          |                |
| Компот из сухофруктов              | 180         | 202,55                 | 1,01          |              | 49,64          |                |
| Ужин 1                             |             |                        |               |              |                |                |
| Рыба под омлетом                   | 127         | 207                    | 22,67         | 10,9         | 4,94           |                |
| Свекла отварная                    | 60          | 63                     | 1,02          | 4,08         | 5,52           | 10             |
| Чай с сахаром                      | 180         | 47,32                  | 11,52         | 2,93         | 12,49          |                |
| Батон                              | 22          | 76,66                  | 2,19          | 0,88         | 15,07          |                |
| Рыба отварная                      | 50          |                        |               |              |                | 180            |
| <b>Итого день</b>                  | <b>2430</b> | <b>2530,22</b>         | <b>111,07</b> | <b>74,34</b> | <b>393,73</b>  |                |

Исполнитель: Старшая медсестра Кулабухова О.В. (Кулабухова О.В.)

Повар: Душина С.М. (Душина С.М.)