

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Шу (Шуплецова И.В.)

28.02.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
<b>03.03.2025</b>						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	133	3.7	3.88	17.99	121.5
	БАТОН	33	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	165	2.88	2.43	14.13	90.63
Итого за завтрак 1		335.00	8.13	10.71	45.02	309.12
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
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	37	1.43	4.03	3.11	54.12
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3.17	3.64	7.99	87.72
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	139	5.09	16.35	8.53	216.4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	1.38	0.25	10.13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		547.00	11.07	24.27	37.84	439.49
Полдник	ПРЯНИКИ	11	1.77	1.4	22.5	109.8
	КЕФИР	143	4.51	0.15	6.01	46.62
Итого за полдник		154.00	6.28	1.55	28.51	156.42
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.5	2.18	2.61	32.43
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	116	20.92	10.05	20.78	258.7
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0.6	2.2	2.3	38.5
	БАТОН	40	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	143	0.67	0.83	9.51	36.72
Итого за ужин 1		389.00	24.49	15.56	50.62	437.78
Итого за день		1607.00	50.87	52.27	179.80	1420.17
Среднее значение за период		1607.00	50.87	52.27	179.80	1420.17