

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность б
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	224	5.67	5.28	32.56	199.97
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	БАТОН	55	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	222	2.9	2.51	14.91	99.1
Итого за завтрак 1		546.00	15.20	16.55	60.67	458.87
Завтрак 2	ГРУША	100	0.38	0.31	10.31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	60	0.92	3.87	3.87	55.34
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	197	2.16	3.45	13.47	93.76
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3.08	4.16	27.65	131.85
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	89	5.89	17.57	9.13	214.88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	44	1.2	0.2	10.28	47.6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.77	43
	Итого за обед		791.00	14.93	29.49	88.49
Полдник	КЕФИР	208	5.99	0.2	7.99	61.95
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82	96.3
Итого за полдник		238.00	6.02	0.20	31.81	158.25
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	181	12.26	11.18	29.74	293.05
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0.2	0	4.6	19.9
	БАТОН	55	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0.12	0.03	0.04	0.91
Итого за ужин 1		486.00	14.08	11.46	47.23	373.36
Итого за день		2164.00	50.61	58.01	238.51	1682.71
Среднее значение за период		2164.00	50.61	58.01	238.51	1682.71