

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Шуплецова И.В.)

10.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

| Прием пищи                 | Наименование блюда                                                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 11.04.2025                 |                                                                    |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ                                               | 119       | 4.57             | 4.3   | 18.77    | 130.88      |
|                            | БАТОН                                                              | 35        | 1.5              | 0.25  | 12.85    | 59.5        |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                     | 4         | 0.05             | 4.15  | 0.05     | 37.5        |
|                            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                   | 158       | 2.88             | 2.43  | 14.13    | 90.63       |
| Итого за завтрак 1         |                                                                    | 316.00    | 9.00             | 11.13 | 45.80    | 318.51      |
| Завтрак 2                  | ГРУША                                                              | 95        | 0.36             | 0.29  | 9.79     | 44.65       |
| Итого за завтрак 2         |                                                                    | 95.00     | 0.36             | 0.29  | 9.79     | 44.65       |
| На весь день               | Соль йодированная                                                  | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                                                    | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 39        | 0.67             | 3.38  | 2.02     | 38          |
|                            | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                                                   | 175       | 6.12             | 7.56  | 7.65     | 132.75      |
|                            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                  | 116       | 2.53             | 3.13  | 11.4     | 101.86      |
|                            | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)                                | 62        | 7.45             | 17.51 | 7.64     | 208.73      |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                        | 47        | 1.12             | 0.16  | 8.8      | 39.2        |
|                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                        | 150       | 0                | 0     | 8.08     | 32.25       |
|                            | Итого за обед                                                      | 589.00    | 17.89            | 31.74 | 45.59    | 552.79      |
| Полдник                    | СНЕЖОК                                                             | 162       | 4.2              | 3.75  | 16.5     | 115.5       |
|                            | ПРЯНИКИ                                                            | 30        | 1.77             | 1.4   | 22.5     | 109.8       |
| Итого за полдник           |                                                                    | 192.00    | 5.97             | 5.15  | 39.00    | 225.30      |
| Ужин 1                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                   | 40        | 0.8              | 3.47  | 3.02     | 46.22       |
|                            | ОМЛЕТ                                                              | 116       | 8.63             | 10.13 | 5.13     | 164.13      |
|                            | БАТОН                                                              | 40        | 1.8              | 0.3   | 15.42    | 71.4        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                                      | 150       | 0                | 0     | 7.33     | 29.41       |
| Итого за ужин 1            |                                                                    | 346.00    | 11.23            | 13.90 | 30.90    | 311.16      |
| Итого за день              |                                                                    | 1541.00   | 44.45            | 62.21 | 171.08   | 1452.41     |
| Среднее значение за период |                                                                    | 1541.00   | 44.45            | 62.21 | 171.08   | 1452.41     |