

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Шуплецова И.В.)
15.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.04.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	161	8.19	7.9	17.6	201.19
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1.99	2.37	16.3	20.37
	БАТОН	43	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0.1	0.03	0.03	0.76
Итого за завтрак 1		386.00	11.83	14.70	46.83	319.32
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0.5	0.1	9.9	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.90	43.00
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.67	2.73	3	39.27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	179	6.98	3.46	9.43	100.08
	АЗУ (СВИНИНА)	148	10.01	18.08	17.2	235.97
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.07	0.07	13.42	55.58
Итого за обед		573.00	18.85	24.50	51.85	470.10
Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.38	0	9.9	42.23
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		170.00	0.40		25.78	106.43
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	39	1.07	2	2.53	32.67
	ОМЛЕТ	152	8.63	10.13	5.13	164.13
	БАТОН	43	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7.33	29.41
Итого за ужин 1		384.00	11.20	12.38	27.84	285.71
Итого за день		1616.00	42.78	51.68	162.20	1224.56
Среднее значение за период		1616.00	42.78	51.68	162.20	1224.56