

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шу)
15.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.це нность ь
			Белки	Жиры	Углев оды	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	166	4,3	3,71	18,2	124,2
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,9	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	2,88	2,43	14,1	90,63
Итого за завтрак 1		390.00	8.73	10.54	45.22	311.87
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 день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	182	3,31	3,74	15	107,3
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	119	3,37	4,48	24,4	90,84
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	73	9,29	7,1	8,5	134,9
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,38	0,25	10,1	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,07	0,07	13,4	55,58
Итого за обед		638.00	18.10	19.45	75.45	492.92
Полдник	ЙОГУРТ	172	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		202.00	6.99	5.90	42.30	250.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,9
	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	58	12,33	11,77	8,6	189,6
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,9	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		389.00	16.89	17.33	43.09	414.08
Итого за день		1722.00	51.21	53.32	215.96	1512.07
Среднее значение за период		1722.00	51.21	53.32	215.96	1512.07

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()