

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)
21.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	154	4.25	3.96	24.42	149.98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	БАТОН	36	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2.31	2.98	0	36.52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	186	2.88	2.43	14.13	90.63
Итого за завтрак 1		426.00	16.02	13.98	51.70	399.43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0.38	0.38	9.31	44.65
Итого за завтрак 2		95.00	0.38	0.38	9.31	44.65
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.67	2.67	3	38.6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	176	1.94	3.1	12.1	84.24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	119	2.46	3.33	22.12	105.48
	БИТОЧКИ ПО- БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5.35	20.89	0.82	239.27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
Итого за обед		597.00	12.10	30.23	59.44	558.64
Полдник	КЕФИР	147	4.48	0.15	5.97	46.3
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		167.00	4.50	0.15	21.85	110.50
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	146	10.57	9.64	25.63	252.57
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0.2	0	4.6	19.9
	БАТОН	36	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		412.00	12.38	9.92	43.12	332.79
Итого за день		1700.0	45.38	54.66	185.42	1446.0
Среднее значение за период		1700.0	45.38	54.66	185.42	1446.0