

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

28.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.04.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	131	12.68	12.2	18.69	247.31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	32	0.6	1.87	1.99	27.05
	БАТОН	38	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	0.02	0.03	0.76
Итого за завтрак 1		355.00	14.93	18.49	33.61	372.12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	99	0.5	0.1	9.9	43
Итого за завтрак 2		99.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.67	2.67	3	38.6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	179	3.23	3.06	5.61	76.67
	ЖАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7.93	15.57	12.95	222.11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
		577.00	12.95	21.46	38.44	408.83
Полдник	МОЛОКО	134	4.2	3.68	6.98	78.6
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		154.00	4.22	3.68	22.86	142.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	36	1.07	2	2.53	32.67
	ОМЛЕТ	184	8.63	10.13	5.13	164.13
	БАТОН	38	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	159	0.67	0.83	9.51	36.72
		417.00	11.87	13.21	30.02	293.02
Итого за ужин 1		417.00	11.87	13.21	30.02	293.02
Итого за день		1605.00	44.47	56.94	134.83	1259.77
Среднее значение за период		1605.00	44.47	56.94	134.83	1259.77