

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_()  
03.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	149	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	27	1,76	0,29	15,08	69,85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,97	0	36,51
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	149	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за завтрак 1		335.00	9.31	8.39	43.36	273.96
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	38	2	3	2,75	46
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	2,02	2,95	3,46	46,8
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	23	1,53	0,26	13,14	60,82
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		608.00	15.55	16.32	68.71	426.16
Полдник	КЕФИР	168	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		198.00	5.42	0.18	31.01	152.05
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	37	0,49	3,03	2,49	40,66
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	13	0,87	0,14	7,42	34,38
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		435.00	8.20	9.33	45.95	328.18
Итого за день		1674.00	38.88	34.62	198.33	1225.00
Среднее значение за период		1674.00	38.88	34.62	198.33	1225.00