

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
10.03.2025					
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		365.00	8.13	10.71	45.02
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	39	0,67	3,93	3,27
	СУП ОВОЩНОЙ	179	2,16	3,02	7,34
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	119	2,17	2,32	12,18
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	61	4,22	15,6	4,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,78	0,32	13,08
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92
Итого за обед		579.00	11.08	25.19	48.67
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73
Итого за полдник		230.00	8.32	10.57	36.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3
	БАТОН	18	0,88	0,15	7,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		417.00	24.75	15.45	34.96
Итого за день		1689.00	52.68	62.32	174.05
Среднее значение за период		1689.00	52.68	62.32	174.05

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
121,49
59,5
37,5
90,63
309.12
44,65
44.65
0
55,2
65,52
79,18
170,72
63,29
32,21
466.12
94,32
178,92
273.24
32,43
280,29
38,5
34,74
0,82
386.78
1479.91
1479.91