

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
12.03.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77
	БАТОН	25	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		360.00	9.00	11.13	45.80
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9
Итого за завтрак 2		150.00	0.38		9.90
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	181	3,63	5,5	16,32
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63
Итого за обед		539.00	13.47	23.35	52.78
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	49	3,31	6,84	21,51
Итого за полдник		230.00	8.35	11.25	29.88
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11
	ОМЛЕТ	125	9,82	11,33	4
	БАТОН	29	1,74	0,29	14,91
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		374.00	12.13	13.70	21.06
Итого за день		1656.00	43.33	59.43	159.42
Среднее значение за период		1656.00	43.33	59.43	159.42

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
130,88
59,5
37,5
90,63
318.51
42,23
42.23
0
32,96
167,94
222,11
39,2
47,63
509.84
94,32
173,57
267.89
25,35
156,25
69,02
0,82
251.44
1389.91
1389.91