

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_()  
 12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
13.03.2025					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	12,68	12,2	18,69
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за завтрак 1		378.00	14.94	18.50	33.62
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0	0,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	178	4,65	4,99	7,69
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	55	5,88	3,47	0,48
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9
Итого за обед		594.00	16.53	15.36	56.10
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85
Итого за полдник		208.00	6.72	4.75	32.65
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	120	22,82	3,68	46,38
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		420.00	35.48	12.74	60.12
Итого за день		1703.00	74.07	51.75	192.29
Среднее значение за период		1703.00	74.07	51.75	192.29

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()

Эн.ценность
247,31
27,05
59,5
37,5
0,82
372.18
47
47.00
0
5,28
107,84
83,41
101,59
31,98
58,8
42,23
431.13
140,4
59,5
199.90
61,86
309,88
87
39,2
0,82
498.76
1548.97
1548.97