

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
12.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
13.05.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	156	4,57	4,3	18,77
	БАТОН	28	1,75	0,29	14,99
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,97	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за завтрак 1		374.00	8.63	7.56	42.56
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	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	40	2	3	2,75
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	179	2,02	3,02	5,04
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	56	5,88	3,47	0,48
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,32	1,12	2,08
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8
	БАТОН	24	1,52	0,25	12,99
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5
Итого за обед		638.00	15.82	15.05	70.31
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19
	ПРЯНИКИ	42	3,25	2,57	41,25
Итого за полдник		222.00	8.64	2.75	48.44
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	31	0,32	0	0,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,93	0,13	7,35
	БАТОН	14	0,88	0,15	7,57
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16
Итого за ужин 1		421.00	7.29	6.20	38.28
Итого за день		1755.00	40.78	31.96	208.89
Среднее значение за период		1755.00	40.78	31.96	208.89

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
130,88
69,42
36,51
35,3
272.11
44,65
44.65
0
46
55,44
92,69
101,59
20,07
39,2
60,13
38,65
453.77
55,75
201,3
257.05
5,28
101,86
55,7
32,44
35,07
36,78
267.13
1294.71
1294.71