

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
14.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	144	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	160	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		334.00	9.50	9.78	41.93	291.07
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		580.00	19.33	16.24	78.10	544.39
Полдник	ЙОГУРТ	156	4,35	3,75	16,5	117
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		176.00	4.37	3.75	32.38	181.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	58	9,88	3,97	3,61	90,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		403.00	15.90	8.79	42.98	317.66
Итого за день		1696.00	50.10	38.76	215.19	1420.32
Среднее значение за период		1696.00	50.10	38.76	215.19	1420.32