

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ ()  
15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	138	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		336.00	9.00	11.13	45.80	318.51
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	АПЕЛЬСИН	95	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		295.00	1.79	0.36	27.08	124.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	179	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	148	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	180	0,09	0	11,79	49,95
Итого за обед		581.00	17.96	21.43	56.33	491.90
Полдник	ЙОГУРТ	152	4,35	3,75	16,5	117
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	46	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		198.00	7.66	10.59	38.01	290.57
Ужин 1	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		368.00	11.36	10.57	26.82	263.65
Итого за день		1781.00	47.77	54.08	194.04	1489.21
Среднее значение за период		1781.00	47.77	54.08	194.04	1489.21