

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	149	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	19	1,19	0,2	10,17	47,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	168	2,72	2,29	13,34	85,54
Итого за завтрак 1		341.00	7.49	10.32	35.56	264.49
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	149	0,38	0	9,9	42,23
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		244.00	0.78	0.40	19.20	86.88
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	39	0,61	2,58	2,58	36,89
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	49	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,85	0,26	14,52	64,68
	БАТОН	14	0,88	0,15	7,57	35,07
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	178	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		672.00	13.73	16.08	64.58	489.83
Полдник	МОЛОКО	150	4,18	3,65	6,94	78,17
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	49	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		199.00	7.46	9.81	34.67	257.09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	39	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	128	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	14	0,88	0,15	7,57	35,07
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		390.00	24.48	14.42	38.41	381.28
Итого за день		1849.00	53.94	51.03	192.42	1479.57
Среднее значение за период		1849.00	53.94	51.03	192.42	1479.57

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()