

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
01.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
01.07.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31
	БАТОН	16	0,96	0,16	8,22
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52
Итого за завтрак 1		351.00	7.55	11.92	38.10
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	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,21	1,98	3,11
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,4	16,21
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	160	0,16	0,09	12,41
Итого за обед		600.00	18.60	16.57	79.41
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24
Итого за полдник		230.00	9.39	2.18	31.19
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12
	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	11,06	4,69	4,19
	БАТОН	39	2,46	0,41	21,1
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16
Итого за ужин 1		399.00	16.02	8.43	56.57
Итого за день		1683.00	51.96	39.50	215.07

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

)

Эн.ценность
121,37
38,08
37,5
89,62
286.57
47
47.00
0
29,49
101,52
163,48
122,25
78,4
50,81
545.95
55,75
119,98
175.73
105,48
103,6
97,71
36,78
343.57
1398.82