

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
11.07.2025					
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		365.00	8.77	12.30	46.36
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0	0	8,62
Итого за обед		580.00	18.75	35.58	44.35
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	БУЛОЧКА `ТВОРОЖНАЯ`	50	4,75	3,91	24,33
Итого за полдник		230.00	9.79	8.32	32.70
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0	0	7,82
Итого за ужин 1		400.00	12.08	10.66	39.92
Итого за день		1678.00	49.79	67.26	173.13

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

)

Эн.ценность
131,66
71,4
37,5
90,63
331.19
47
47.00
0
36,89
75,6
101,86
293,66
39,2
34,4
581.61
94,32
157,39
251.71
13,6
164,13
39,2
71,4
31,37
319.70
1531.21