

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 15.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
16.01.2025					
Завтрак 1	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ	130	11,27	12,31	25,13
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за завтрак 1		365.00	12.75	16.69	38.26
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 СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,59	2,6	2,67
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,32	1,12	2,08
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		630.00	24.37	26.61	67.77
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
Итого за полдник		205.00	5.07	4.41	28.22
Ужин 1	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,3	4,94
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		400.00	11.67	19.90	42.40
Итого за день		1703.00	54.26	68.01	186.45

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
256,1
11,94
47,6
37,5
0,82
353.96
47
47.00
0
37,86
132,75
101,12
171,42
20,07
39,2
38,7
541.12
94,32
80,25
174.57
228,97
95,2
39,2
35,3
398.67
1515.32