

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_()  
 16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
17.01.2025					
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,72	18,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38
Итого за завтрак 1		373.00	11.71	10.14	47.00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.82
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,53	2	4,2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,38	4,49	24,4
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	9,86	7,31	2,29
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		600.00	18.06	17.61	57.46
Полдник	МОЛОКО	176	5,05	4,42	8,39
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
Итого за полдник		201.00	5.08	4.42	28.24
Ужин 1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	ОТВАРНОЙ КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	150	2,13	6,13	10,34
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		420.00	10.24	10.98	34.90
Итого за день		1777.00	45.99	43.33	185.42

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()

Эн.ценность
124,22
71,4
47,47
88,92
332.01
77,4
77.40
0
37,67
87,77
90,99
114,48
39,2
38,7
408.81
94,59
80,25
174.84
62,8
115
71,4
39,2
0,82
289.22
1282.28