

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
17.05.2024					
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,72	18,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		360.00	8.73	10.55	45.23
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,38	4,49	24,4
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	50	6,75	9,58	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		610.00	16.89	23.25	62.08
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	ПРЯНИКИ	34,3	2,02	1,6	25,72
Итого за полдник		214.30	7.06	6.01	34.09
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	40	1,07	2,4	4,6
	БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РИСОВЫЕ ПАРОВЫЕ	150	5,7	3	52,2
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		433.00	9.76	8.62	77.91
Итого за день		1820.30	43.44	48.63	239.11

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
124,22
59,5
37,5
90,63
311.85
86
86.00
0
61,86
87,77
90,99
118,91
78,4
38,7
476.63
94,32
125,54
219.86
43,47
253,5
40,96
83,3
0,82
422.05
1516.39