

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
22.07.2025					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,46	2,13	12,64
Итого за завтрак 1		353.00	10.04	10.63	39.42
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 СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,28	2,04	1,15
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,88	3,84	27
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		620.00	16.41	15.07	61.58
Полдник	СНЕЖОК	180	5,04	4,5	19,8
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25
Итого за полдник		215.00	7.10	6.13	46.05
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16
Итого за ужин 1		400.00	7.56	6.32	43.28
Итого за день		1771.00	42.01	38.33	208.15

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

)

Эн.ценность
119,25
47,6
47,48
83,98
298.31
77,4
77.40
0
24,79
49,68
166,56
102
78,4
38,7
460.13
138,6
128,1
266.70
101,86
55,7
95,2
36,78
289.54
1392.08