

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
23.07.2025					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		405.00	13.34	14.92	41.90
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	116,6	1,04	0,23	9,44
Итого за завтрак 2		116.60	1.04	0.23	9.44
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0	0	8,62
Итого за обед		600.00	9.09	12.01	49.35
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	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	18,95	11,22	20,32
	ПОВИДЛО	33,3	0,08	0,08	17,58
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		413.30	21.53	13.63	60.76
Итого за день		1742.90	50.07	45.20	189.67

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
94,35
71,4
37,5
62,8
90,63
356.68
50,14
50.14
0
39,27
59,96
112,93
69,43
78,4
34,4
394.39
94,32
80,25
174.57
50,53
261,77
68,21
71,4
0,82
452.73
1428.51