

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_()  
20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
23.12.2024					
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,65	3,97	19,17
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		365.00	8.38	10.85	48.77
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	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	180	2,3	3,02	10,37
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	160	10,38	18,64	22,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		590.00	15.16	23.12	62.33
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	ПРЯНИКИ	35	2,07	1,64	26,25
Итого за полдник		215.00	7.11	6.05	34.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		410.00	25.52	15.73	52.36
Итого за день		1763.00	57.07	55.93	215.90

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()

Эн.ценность
126,72
71,4
37,5
90,63
326.25
77,4
77.40
0
77,76
300,03
20,22
78,4
38,7
515.11
94,32
128,1
222.42
40,67
280,29
27,05
71,4
35,3
454.71
1595.89