

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
25.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
28.07.2025					
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		355.00	7.83	10.66	42.45
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.81
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	10,39	18,65	22,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,4	16,21
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,41	0	10,56
Итого за обед		570.00	15.55	23.21	61.64
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25
Итого за полдник		215.00	7.10	6.04	34.62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	160	0,1	0,03	0,04
Итого за ужин 1		400.00	26.40	16.63	50.15
Итого за день		1723.00	57.78	56.72	206.67

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
121,49
47,6
37,5
90,63
297.22
77,4
77.40
0
77,76
300,03
20,22
78,4
45,05
521.46
94,32
128,1
222.42
35,39
280,29
46,29
95,2
0,73
457.90
1576.40