

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
30.05.2025					
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		367.00	8.43	10.76	47.59
Завтрак 2	ЯБЛОКО	165,3	0,66	0,66	16,2
Итого за завтрак 2		165.30	0.66	0.66	16.20
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3	1,5
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	9,46	9,1	4,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0	0	8,62
Итого за обед		590.00	18.32	19.98	40.00
Полдник	ЙОГУРТ	160	4,64	4	17,6
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51
Итого за полдник		210.00	7.95	10.84	39.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,15	2,47	3,21
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		400.00	11.69	12.93	23.80
Итого за день		1735.30	47.05	55.17	166.70

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
121,49
71,4
37,5
90,63
321.02
77,69
77.69
0
37
132,75
151,66
78,4
34,4
434.21
124,8
173,57
298.37
39,72
164,13
71,4
0,82
276.07
1407.36