

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
30.07.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	2,56	2,16	12,56
Итого за завтрак 1		353.00	11.68	14.73	44.23
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 ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,73	1,53
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0	0	8,62
Итого за обед		560.00	17.03	22.96	42.19
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	БУЛОЧКА `ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ` (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24
Итого за полдник		230.00	9.04	6.41	32.37
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0	0	7,82
Итого за ужин 1		405.00	12.24	10.67	45.58
Итого за день		1731.00	50.89	54.95	182.19

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

)

Эн.ценность
130,88
59,5
37,5
47,47
80,56
355.91
77,4
77.40
0
33,73
100,08
236,92
39,2
34,4
444.33
94,32
119,98
214.30
23,76
164,13
39,2
83,3
31,37
341.76
1433.70