

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
31.07.2025					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	26,3	1,74	2,08	14,29
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	160	0,1	0,03	0,04
Итого за завтрак 1		351.30	16.37	18.76	48.49
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,36	0	0,98
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,32	1,12	2,08
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	160	0,3	0	13,01
Итого за обед		630.00	25.56	24.17	78.27
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
Итого за полдник		205.00	5.42	0.18	27.04
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0	0	8,31
Итого за ужин 1		400.00	10.57	19.65	32.19
Итого за день		1689.30	58.32	63.16	195.79

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

)

Эн.ценность
247,31
17,86
71,4
37,5
0,73
374.80
47
47.00
0
5,6
132,75
101,12
171,42
20,07
78,4
52,43
561.79
55,75
80,25
136.00
16,8
228,97
71,4
33,33
350.50
1470.09