

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
03.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
04.03.2025					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	СЫР ПОРЦИЯМИ	12	3	3,87	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38
Итого за завтрак 1		362.00	10.19	10.75	40.16
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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,21	1,98	3,11
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94
Итого за обед		620.00	13.50	14.90	69.80
Полдник	СНЕЖОК	180	5,04	4,5	19,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73
Итого за полдник		230.00	8.32	10.66	47.53
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,75	3,07	2,03
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		400.00	7.73	6.61	43.10
Итого за день		1795.00	40.64	43.10	218.41

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
119,25
47,6
47,47
88,92
303.24
77,4
77.40
0
29,49
49,68
163,48
102
78,4
52,48
475.53
138,6
178,92
317.52
101,86
76,76
95,2
36,78
310.60
1484.29