

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
03.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
04.07.2025					
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		363.00	11.38	10.21	42.60
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 `ЛЕТНИЙ`	39	0,6	1,92	1,68
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	2,02	3,02	5,04
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,37	4,48	24,4
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	9,85	7,31	2,29
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0	0	8,62
Итого за обед		579.00	16.94	16.93	50.13
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25
Итого за полдник		216.00	7.10	6.04	34.62
Ужин 1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	ОТВАРНОЙ КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	120	1,65	4,8	8,25
	БАТОН	39	2,44	0,41	20,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		399.00	10.40	9.76	38.27
Итого за день		1740.00	46.72	43.12	183.44

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
124,24
47,6
47,47
90,63
309.94
77,4
77.40
0
24,16
55,44
90,99
114,48
39,2
34,4
358.67
94,32
128,1
222.42
62,8
92,1
96,69
39,2
0,82
291.61
1260.04