

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 04.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
05.03.2025					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		395.00	12.74	14.82	36.76
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	40	2,12	6,82	6,23
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	3,19	4	7,34
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		620.00	22.99	25.85	58.54
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
Итого за полдник		205.00	5.07	4.41	28.22
Ужин 1	САЛАТ `СВЕКОЛКА`	40	4,49	5,66	8,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	11,16	10,18	17,55
	ПОВИДЛО	32,1	0,07	0,07	16,95
	БАТОН	39	2,41	0,4	20,64
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		421.10	18.24	16.34	63.68
Итого за день		1774.10	59.56	61.94	199.94

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
94,35
47,6
37,5
62,8
90,63
332.88
61,1
61.10
0
94,61
87,46
112,91
171,42
78,4
38,7
583.50
94,32
80,25
174.57
103,13
220,03
65,75
95,55
0,82
485.28
1637.33