

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Ведерникова И.Г.)

16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,72	8,28	29,28	219,6
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		405.00	14.45	18.09	56.46	435.36
Завтрак 2	МАНДАРИН	100	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		100.00	0.56	0.14	15.20	64.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,67	2,67	3,27	39,8
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,38	4,49	24,4	90,99
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,34
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		650.00	14.45	26.80	77.99	554.97
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		210.00	5.07	4.41	32.19	190.62
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		455.00	17.87	19.28	39.05	419.60
Итого за день		1823.00	52.40	68.72	220.89	1664.55