

УТВЕРЖДАЮ

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

19.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,72	4,5	16,3	121,36
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		370.00	10.66	10.89	45.24	318.90
Завтрак 2	СОК	180	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		180.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,6	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		620.00	19.04	16.51	82.00	554.73
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА `ТВОРОЖНАЯ`	50	4,75	3,91	24,33	157,39
Итого за полдник		230.00	10.14	4.09	31.52	213.14
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,32	0	0,64	5,28
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	109,44
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	13,32	5,46	0	102,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		430.00	17.94	9.09	47.33	325.50
Итого за день		1753.00	58.18	40.98	215.89	1459.27