

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Ведерникова И.Г.)

03.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.03.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		370.00	8.29	8.71	43.33	271.23
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	150	1,33	0,3	12,15	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	1.33	0.30	12.15	64.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	16,1	66,7
Итого за обед		620.00	13.97	15.87	73.88	430.33
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,75	3,07	2,03	76,76
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		430.00	9.01	14.24	40.76	375.51
Итого за день		1803.00	41.27	45.46	205.04	1376.24