

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
14.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360.00	8.14	11.33	43.34	309.00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	180	1,64	3,35	6,55	70,45
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		600.00	7.91	10.83	47.64	380.59
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		360.00	24.33	12.44	36.49	361.11
Итого за день		1723.00	46.44	39.21	171.52	1295.22
Среднее значение за период		1723.00	46.44	39.21	171.52	1295.22

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()