

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		360.00	8.20	12.07	43.04	317.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	135	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		135.00	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 МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,81	2,02	14,4	87,12
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	150	9,74	17,48	21	281,28
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		600.00	14.37	22.85	58.11	491.87
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		193.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		370.00	11.23	13.90	30.90	311.16
Итого за день		1661.00	39.61	49.40	164.92	1287.56
Среднее значение за период		1661.00	39.61	49.40	164.92	1287.56

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()