

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (_____)
27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
28.01.2025					
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38
Итого за завтрак 1		362.00	9.77	10.01	42.99
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1
Итого за обед		625.00	21.92	21.88	80.77
Полдник	СНЕЖОК	199	5,6	5	22
	ПРЯНИКИ	38	1,77	1,4	22,5
Итого за полдник		237.00	7.37	6.40	44.50
Ужин 1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93
	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63
Итого за ужин 1		390.00	9.68	4.57	35.76
Итого за день		1817.00	49.74	43.06	223.82
Среднее значение за период		1817.00	49.74	43.06	223.82

Исполнитель: _____ (_____)

Шеф-повар: _____ (_____)

)

Эн.ценност ь
131,66
59,5
25,56
88,92
305.64
86
86.00
0
32,96
101,52
149,86
189,64
49
20,22
66,69
609.89
154
109,8
263.80
58,05
16,8
101,86
47,6
30,65
254.96
1520.29
1520.29