

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
15.05.2024Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	24	1,44	0,24	12,34	57,12
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 1,4 гр.	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		509.00	7.71	10.43	54.44	340.71
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 ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	170	2,45	1,95	13,05	79,56
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ (диета) 1 гр.	130	8,2	7,89	4,01	131,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		710.00	22.93	22.98	70.88	595.52
Полдник	КЕФИР	171	5,12	0,17	6,83	52,96
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 1,4 гр.	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		351.00	6.99	1.60	29.36	163.52
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52	16,8
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		385.00	9.47	8.16	60.05	352.89
Итого за день		2158.00	48.10	43.37	234.53	1538.64

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)