

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	КАША "ПОПУРРИ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (диета) 1,4 гр.	150	1,15	3,81	21,69	122,31
	БАТОН	27	1,62	0,27	13,88	64,26
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	165	0,74	0,91	10,46	40,39
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 1,4 гр.	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		647.00	7.60	14.56	70.17	425.53
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	120	1,07	0,24	9,72	51,6
Итого за завтрак 2		120.00	1.07	0.24	9.72	51.60
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,67	3,38	2,02	38
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (диета) 1 гр.	180	2,59	3,02	11,23	82,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		750.00	14.09	26.39	55.57	529.06
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 1,4 гр.	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	50	3,6	3	27,2	152
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 1 гр.	25	0,03	0	19,85	80,25
Итого за полдник		405.00	8.77	7.44	55.45	327.33
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	40	2,12	6,82	6,23	94,61
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (диета) 1,4 гр.	120	5,88	3,84	27	166,56
Итого за ужин 1		520.00	20.11	21.33	74.43	584.91
Итого за день		2445.00	51.64	69.96	265.34	1918.43

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)