

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	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		355.00	8.43	10.49	42.65	299.97
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		295.00	1.40	0.60	29.10	130.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КНЕЛИ ИЗ КУР ПАРОВЫЕ	50	8,44	4,27	2,37	81,49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,77	0,32	12,97	62,72
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		562.00	17.42	15.08	60.90	403.81
Полдник	МОЛОКО	184	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		234.00	9.04	6.41	32.37	214.30
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	110	1,73	4,03	16,22	121,82
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	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		409.00	16.52	18.98	39.20	407.44
Итого за день		1858.00	52.81	51.56	204.22	1456.17

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)
Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)