

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	24	1,44	0,24	12,34	57,12
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		362.00	14.59	13.79	32.44	328.35
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 ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	КНЕЛИ ИЗ КУР ПАРОВЫЕ	60	10,13	5,12	2,84	97,79
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,53	1,87	3,47	33,45
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		620.00	19.65	16.69	62.48	482.86
Полдник	КЕФИР	182	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		202.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		370.00	4.99	4.81	37.28	213.39
Итого за день		1757.00	45.64	35.67	175.07	1230.55

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)