

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Самылова Марина
 Ивановна)
 19.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		360.00	8.73	10.54	45.22	311.87
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.42	0.42	9.79	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ, ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	179	4,53	6,63	10,02	130,67
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	11,69	7,61	6,26	140,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,49	0,27	10,94	52,92
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		566.00	21.79	21.20	64.63	494.21
Полдник	МОЛОКО	176	4,93	4,31	8,18	92,22
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
Итого за полдник		214.00	7.17	6.08	36.68	231.30
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	БАТОН	27	1,62	0,27	13,88	64,26
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08	40,96
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		447.00	18.19	20.28	54.63	470.62
Итого за день		1690.00	56.30	58.52	210.95	1555.00

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