

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.05.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	21	1,26	0,21	10,79	49,98
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		356.00	7.53	10.40	45.56	304.16
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 МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		590.00	19.09	22.00	61.28	527.83
Полдник	КЕФИР	184	5,51	0,18	7,35	56,99
	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	50	4,57	4,71	21,85	148,11
Итого за полдник		234.00	10.08	4.89	29.20	205.10
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	30	0,45	0,03	2,64	12,6
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		390.00	10.22	8.30	66.88	384.39
Итого за день		1868.00	48.32	46.19	232.02	1552.13

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