

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Вычугжанина С.Н.)

16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2025						
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
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,26	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		355.00	8.15	10.32	41.90	298.26
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ДАЧНЫЙ`	35	0,6	1,8	17,53	35,26
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	177	2,81	3,67	7,27	75,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		612.00	14.40	12.92	87.39	512.65
Полдник	КЕФИР	87	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		107.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ	145	17,84	10,2	18,71	237,61
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		395.00	20.48	11.74	50.17	388.33
Итого за день		1652.00	49.34	35.34	220.34	1396.59

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()