

заведующий (Астахова Мария)

УТВЕРЖДАЮ

Юркаяна
30.09.2024



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.10.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	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		400	8.28	11.15	42.57	313.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	39	1,86	7,67	2,76	87,96
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		562.00	19.17	21.79	69.71	558.22
Полдник	КЕФИР	183	5,37	0,18	7,17	55,56
	ПРЯНИКИ	19	0,88	0,7	11,2	54,64
Итого за полдник		202.00	6.25	0.88	18.37	110.20
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,28	0	0,55	4,57
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,73	3,06	2,01	76,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	148	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		398.00	8.13	6.79	50.67	308.72
Итого за день		1721.00	42.83	40.81	201.11	1376.42
Среднее значение за период		1721.00	42.83	40.81	201.11	1376.42

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)