

заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Астахова Мария)

Юльевна
01.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.10.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	22	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,61	2,08	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		400	9,93	8,44	38,96	276,03
Завтрак 2	ЯБЛОКО	65	0,24	0,24	5,9	28,29
Итого за завтрак 2		65,00	0,24	0,24	5,90	28,29
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2,00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	38	0,88	0,16	4,47	23,2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	58	4,22	15,6	4,88	170,72
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		596,00	12,21	23,21	45,75	450,62
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230,00	8,32	10,57	36,10	273,24
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	38	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	22	1,87	0,24	12,54	64,03
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	179	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		409,00	15,51	15,42	28,20	316,44
Итого за день		1661,00	46,21	57,88	154,91	1344,62
Среднее значение за период		1661,00	46,21	57,88	154,91	1344,62

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Муסיнова Ирина Олеговна)