

заведующий _____ (Астахова Мария)

Ю.П.А.В.И.Н.А.
02.10.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|----------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 03.10.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША "АССОРТИ" | 150 | 3,61 | 3,79 | 21,34 | 127,76 |
| | БАТОН | 21 | 1,91 | 0,25 | 12,83 | 65,49 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,29 |
| Итого за завтрак 1 | | 355.00 | 5.57 | 8.19 | 43.02 | 266.04 |
| Завтрак 2 | ЯБЛОКО | 111 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 111.00 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 47.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 2.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 41 | 0,53 | 2 | 4,2 | 37,67 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 175 | 4,65 | 4,99 | 7,69 | 107,84 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 117 | 3,35 | 4,45 | 24,23 | 90,36 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 57 | 6,55 | 6,33 | 10,56 | 121,53 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,1 | 0,2 | 8,1 | 39,2 |
| | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,08 | 0 | 7,92 | 32,2 |
| Итого за обед | | 559.00 | 16.26 | 17.97 | 62.70 | 428.80 |
| Полдник | ЙОГУРТ | 177 | 5,24 | 4,52 | 19,87 | 140,88 |
| | ПРЯНИКИ | 38 | 1,76 | 1,4 | 22,39 | 109,28 |
| Итого за полдник | | 215.00 | 7.00 | 5.92 | 42.26 | 250.16 |
| Ужин 1 | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ | 40 | 0,6 | 0,04 | 3,52 | 16,8 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 119 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | 58 | 5,28 | 1,19 | 2,9 | 57,55 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,14 | 0,21 | 8,37 | 40,48 |
| | БАТОН | 21 | 1,95 | 0,28 | 12,04 | 58,31 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 407.00 | 11.53 | 4.85 | 45.86 | 305.65 |
| Итого за день | | 1649.00 | 40.76 | 37.33 | 203.64 | 1297.65 |
| Среднее значение за период | | 1649.00 | 40.76 | 37.33 | 203.64 | 1297.65 |

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Муסיнова Ирина Олеговна)