



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|----------------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 04.10.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,04 | 5,42 | 16,76 | 131,66 |
| | БАТОН | 24 | 1,91 | 0,25 | 12,83 | 65,49 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 4 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 2,88 | 2,43 | 14,13 | 90,63 |
| Итого за завтрак 1 | | 357.00 | 8.88 | 12.25 | 43.77 | 325.28 |
| 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 40 | 0,53 | 2,58 | 2,64 | 36,47 |
| | СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ | 162 | 3,63 | 5,5 | 16,32 | 167,94 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ | 57 | 4,37 | 13,03 | 6,77 | 159,35 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 15 | 1,1 | 0,2 | 8,1 | 39,2 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,76 |
| Итого за обед | | 525.00 | 12.26 | 24.47 | 45.26 | 505.58 |
| Полдник | МОЛОКО | 180 | 5,04 | 4,41 | 8,37 | 94,32 |
| | МАРМЕЛАД | 16 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 196.00 | 5.06 | 4.41 | 24.25 | 158.52 |
| Ужин 1 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 37 | 0,32 | 0 | 0,64 | 5,28 |
| | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 142 | 2,27 | 3,35 | 10,73 | 91,5 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 15 | 1,08 | 0,2 | 7,92 | 38,35 |
| | БАТОН | 24 | 1,9 | 0,25 | 12,74 | 65,04 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 0,67 | 0,83 | 9,51 | 36,72 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 8 | 1,61 | 2,08 | 0 | 25,56 |
| Итого за ужин 1 | | 376.00 | 7.85 | 6.71 | 41.54 | 262.45 |
| Итого за день | | 1656.00 | 35.05 | 48.04 | 174.61 | 1337.83 |
| Среднее значение за период | | 1656.00 | 35.05 | 48.04 | 174.61 | 1337.83 |

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)