

заведующий (Истахова Мария)

УТВЕРЖДАЮ

09.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.10.2024						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,45	6,68	24,81	181,85
	БАТОН	22	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за завтрак 1		335.00	7.45	11.08	46.85	321.62
Завтрак 2	ЯБЛОКО	87	0,36	0,36	8,88	42,59
Итого за завтрак 2		87.00	0.36	0.36	8.88	42.59
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	39	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,52	3,12	11,38	101,69
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,35	6,01	9,33	121,75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,18	0,4	16,07	77,77
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	149	0	0	13,69	48,7
Итого за обед		583.00	17.65	19.16	61.89	518.30
Полдник	ЙОГУРТ	175	5,25	4,53	19,91	141,21
	МАРМЕЛАД	15	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		190.00	5.27	4.53	35.79	205.41
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	11,08	10,1	17,42	234,76
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	25	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	22	1,87	0,24	12,54	64,04
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		354.00	15.43	12.77	52.13	343.69
Итого за день		1551.00	46.16	47.90	205.54	1431.61
Среднее значение за период		1551.00	46.16	47.90	205.54	1431.61

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)