УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____(Астахова Мария Юрьевна)
23.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.10.2024						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,42	6,64	24,69	181
	БАТОН	23	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,04
Итого за завтрак 1		337.00	8.18	12.04	48.98	328.03
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ОСЕННИЙ`	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	179	3,62	5,5	16,31	167,85
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	61	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,08	0,2	7,94	38,45
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0	0	12,08	48,6
Итого за обед		567.00	13.89	13.74	51.97	475.79
Полдник	ЙОГУРТ	179	5,23	4,51	19,82	140,56
	ПРЯНИКИ	37	1,75	1,38	22,2	108,34
Итого за полдник		216.00	6.98	5.89	42.02	248.90
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	40	1,2	0,13	2,67	16
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	57	5,26	1,18	2,89	57,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	23	1,88	0,25	12,64	64,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,02	0,03	0,76
Итого за ужин 1		406.00	12.07	4.91	37.73	279.68
Итого за день		1729.00	42.12	36.78	200.49	1418.40
Среднее значение за период		1729.00	42.12	36.78	200.49	1418.40

Исполнитель: Заведующий складом_____(Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар:_____(Мусинова Ирина Олеговна)