

УТВЕРЖДАЮ  
 заведующий \_\_\_\_\_ (Астахова Мария)  
 Юльевна  
 27.09.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.09.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	145	4,25	3,96	24,42	149,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	20	2,54	2,29	0,15	31,5
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	169	2,72	2,29	13,34	85,57
Итого за завтрак 1		363.00	11.47	12.94	50.79	370.04
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	42	0,67	2,67	3	38,6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	177	1,94	3,1	12,1	84,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,52	3,12	11,38	101,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,24	0,41	16,49	79,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		586.00	13.29	15.22	53.44
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,27
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	49	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		228.00	8.64	7.41	35.57	246.27
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,64	10,87	22,48	280
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	179	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		402.00	25.42	12.50	44.85	402.56
Итого за день		1781.00	59.82	48.27	204.44	1543.45
Среднее значение за период		1781.00	59.82	48.27	204.44	1543.45

Исполнитель: Заведующий складом \_\_\_\_\_ (Огнева Ольга Леонидовна)  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Мусинова Ирина Олеговна)