

заведующий _____ (Астахова Мария)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.10.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	160	4,88	4,6	20,08	139,97
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	9	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО НА МОЛОКЕ	178	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		366,00	11,93	10,94	46,43	331,60
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	37	0,66	2,64	3,24	39,44
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	176	1,94	3,1	12,1	84,24
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,37	4,48	24,4	90,99
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	57	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,2	8,1	39,2
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
	Итого за обед		589,00	17,67	15,22	64,81
Полдник	РЯЖЕНКА	183	5,43	1,81	7,6	72,41
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		197,00	5,44	1,81	19,51	120,56
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,08	0,2	7,96	38,52
	БАТОН	25	2	0,25	12,3	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	Итого за ужин 1		413,00	9,10	9,87	36,87
Итого за день		1767,00	45,14	38,04	187,41	1250,96
Среднее значение за период		1767,00	45,14	38,04	187,41	1250,96

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)
Шеф-повар: _____ (Муусинова Ирина Олеговна)