



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.11.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,49	16,28	121,16
	БАТОН	23	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	178	0,04	0	9,15	36,78
Итого за завтрак 1		349.00	5.71	8.89	38.31	260.93
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 ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	37	0,67	3,93	3,27	55,2
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	174	1,64	3,36	6,55	70,56
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ	60	5,91	5,91	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,26	0,41	16,65	80,58
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		578.00	13.35	17.27	66.80
Полдник	КЕФИР	165	5,4	0,18	7,2	55,85
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		215.00	9.00	3.18	34.40	207.85
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	23	1,88	0,25	12,64	64,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	149	0,1	0,02	0,03	0,76
Итого за ужин 1		391.00	25.77	13.43	43.95	413.21
Итого за день		1735.00	54.83	42.97	203.25	1472.06
Среднее значение за период		1735.00	54.83	42.97	203.25	1472.06

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огневая Ольга Леонидовна)
Шеф-повар: _____ (Муסיнова Ирина Олеговна)