

заведующий _____ (Астахова Мария)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		361.00	9.14	10.54	45.20	317.86
Завтрак 2	ЯБЛОКО	65	0,32	0,32	7,77	37,26
Итого за завтрак 2		65.00	0.32	0.32	7.77	37.26
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	38	1,15	2,47	3,21	39,72
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	178	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	56	5,88	0,23	0,4	30,34
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		578.00	14.48	11.80	63.89	365.52
Полдник	МОЛОКО	181	5,02	4,39	8,33	93,9
	ПЕЧЕНЬЕ	17	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		198.00	5.04	4.39	24.21	158.10
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,32	0	0,64	5,28
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,82	2,68	8,58	73,2
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,08	0,2	7,92	38,35
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		411.00	15.88	7.62	42.15	306.04
Итого за день		1616.00	44.86	34.67	183.22	1284.78
Среднее значение за период		1616.00	44.86	34.67	183.22	1284.78

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Муסיнова Ирина Олеговна)