



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|----------------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 08.11.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,04 | 5,42 | 16,76 | 131,66 |
| | БАТОН | 26 | 1,91 | 0,25 | 12,83 | 65,49 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 12 | 2,42 | 3,13 | 0 | 38,34 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 176 | 2,88 | 2,43 | 14,13 | 90,63 |
| Итого за завтрак 1 | | 360.00 | 11.25 | 11.23 | 43.72 | 326.12 |
| Завтрак 2 | ЯБЛОКО | 67 | 0,28 | 0,28 | 6,84 | 32,8 |
| Итого за завтрак 2 | | 67.00 | 0.28 | 0.28 | 6.84 | 32.80 |
| На весь день | Соль йодированная | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 2.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 39 | 0,44 | 2,58 | 2,3 | 35,02 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 176 | 4,57 | 3,22 | 13,29 | 100,78 |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 123 | 2,35 | 3,96 | 12,06 | 113,48 |
| | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 58 | 9,87 | 3,58 | 2,61 | 85,16 |
| | ПОДЛИВ | 30 | 0,24 | 1,14 | 2,1 | 20,22 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,1 | 0,2 | 8,1 | 39,2 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА | 149 | 0,14 | 0,06 | 10,78 | 43,73 |
| Итого за обед | | 594.00 | 18.71 | 14.74 | 51.24 | 437.59 |
| Полдник | МОЛОКО | 173 | 5,05 | 4,42 | 8,38 | 94,43 |
| | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 48 | 4,92 | 7,08 | 22,84 | 181,52 |
| Итого за полдник | | 221.00 | 9.97 | 11.50 | 31.22 | 275.95 |
| Ужин 1 | МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ | 40 | 0,53 | 0,07 | 2,67 | 13,6 |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 124 | 11,17 | 10,18 | 17,56 | 236,62 |
| | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО | 28 | 1,99 | 2,37 | 16,3 | 20,37 |
| | БАТОН | 26 | 1,92 | 0,25 | 12,91 | 65,91 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 178 | 0,8 | 1 | 11,4 | 44,01 |
| Итого за ужин 1 | | 396.00 | 16.41 | 13.87 | 60.84 | 380.51 |
| Итого за день | | 1640.00 | 56.62 | 51.62 | 193.86 | 1452.97 |
| Среднее значение за период | | 1640.00 | 56.62 | 51.62 | 193.86 | 1452.97 |

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Муסיнова Ирина Олеговна)