

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Е.А. Мартынова)
15.01.2025
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"Детский сад № 166"
города Кирова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	27	1,76	0,29	15,08	69,85
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		362,00	8,01	11,31	53,44	347,76
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	119	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
Итого за обед		619,00	14,03	12,10	47,95	403,98
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ПЕЧЕНЬЕ (диета)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		250,00	8,26	7,07	49,97	304,81
Ужин 1	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,86	3,65	29,91	163,47
	ПОДЛИВ	29	0,24	1,14	2,1	20,22
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		416,00	6,79	7,15	57,94	359,82
Итого за день		1750,00	37,49	38,03	219,10	1463,37
Среднее значение за период		1750,00	37,49	38,03	219,10	1463,37

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()