

Заведующий (Е.А. Мартынова)



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	СЫР ПОРЦИЯМИ А	10	2,31	2,98	0	36,52
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		445,00	20,69	21,51	83,98	615,56
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		590,00	12,48	30,83	53,34	583,98
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,06	4,41	24,25	158,52
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	130	10,57	9,64	25,63	252,57
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		390,00	12,68	9,97	45,69	344,69
Итого за день		1728,00	51,31	67,12	217,06	1749,75
Среднее значение за период		1728,00	51,31	67,12	217,06	1749,75

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()