

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|----------------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 21.01.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 150 | 3,38 | 4,43 | 16,5 | 119,25 |
| | БАТОН | 30 | 1,8 | 0,3 | 15,42 | 71,4 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 8 | 1,85 | 2,38 | 0 | 29,21 |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | ХЛЕБЦЫ (диета) | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| Итого за завтрак 1 | | 398.00 | 9.40 | 7.53 | 65.29 | 366.76 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 150 | 0,75 | 0,15 | 14,85 | 64,5 |
| Итого за завтрак 2 | | 150.00 | 0.75 | 0.15 | 14.85 | 64.50 |
| 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 |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 3,29 | 4,67 | 9,68 | 92,52 |
| | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 110 | 2,86 | 4,03 | 28,67 | 92,69 |
| | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ | 60 | 5,92 | 5,92 | 2,39 | 102 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,24 | 0,32 | 17,6 | 78,4 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,18 | 0,09 | 13,96 | 57,15 |
| Итого за обед | | 610.00 | 14.99 | 17.21 | 74.91 | 455.19 |
| 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 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | СУФЛЕ РЫБНОЕ | 60 | 2,59 | 2,79 | 2,16 | 55,7 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 330.00 | 5.15 | 5.92 | 21.19 | 188.21 |
| Итого за день | | 1691.00 | 35.35 | 35.22 | 200.49 | 1233.18 |
| Среднее значение за период | | 1691.00 | 35.35 | 35.22 | 200.49 | 1233.18 |

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()