

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	180	4,23	4,41	14,4	113,22
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,03	2,49	0,03	22,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
Итого за завтрак 1		413.00	11.53	11.92	44.18	329.25
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	176	0,9	0,18	17,78	77,22
	ЯБЛОКО	1шт	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		268.00	1.30	0.58	27.58	124.22
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	37	0,67	2,69	3,3	40,16
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	118	1,82	2,69	8,61	73,45
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		615.00	20.06	35.48	64.97	651.93
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	49	3,98	1,99	23,86	119,28
Итого за полдник		229.00	9.02	6.40	32.23	213.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,47	2	3,8	35,4
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	119	17,58	10,41	18,86	242,86
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,38	23,1
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		399.00	20.33	14.06	39.47	373.67
Итого за день		1927.00	62.24	68.44	208.43	1692.67
Среднее значение за период		1927.00	62.24	68.44	208.43	1692.67

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Муромцева Г.В.)
Шеф-повар: _____ (Оруджова Е.В.)