

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_()  
 13.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,65	3,97	19,17	126,72
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,03	2,49	0,03	22,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		358.00	8.06	9.14	46.18	299.35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1шт	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		94.00	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 ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	2,94	3,57	5,62	73,14
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	2,87	10,45	93,38
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,96	0,28	15,54	68,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		635.00	20.25	21.68	54.12	509.03
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	1шт	0,02	0	12,7	51,36
Итого за полдник		196.00	5.41	0.18	19.89	107.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	35	0,93	1,75	2,21	28,58
	ОМЛЕТ	120	6,9	8,1	4,1	131,3
	БАТОН	24	1,53	0,25	13,08	60,58
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		359.00	9.56	10.30	33.28	287.36
Итого за день		1645.00	43.68	41.70	163.27	1449.85
Среднее значение за период		1645.00	43.68	41.70	163.27	1449.85