

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В

07.04.2025

. Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
				Белки	Жиры	Углево ды	
08.04.2025							
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	200	4.96	6	21.74	161.81
	БАТОН	32	32	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	13	3	3.87	0	47.47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	180	2.83	3.11	13.52	89.62
Итого за завтрак 1			425.00	12.29	13.23	48.11	356.40
Завтрак 2	СОК (фруктовый,овощной)	191	191	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2			191.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0.9	3	3.9	47.9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	200	5.12	3.6	14.66	112.6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	150	3.59	4.57	37.33	204.65
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	80	11.39	9.6	5.9	163
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	180	0.17	0.07	12.94	52.48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	48	2.78	0.4	22.05	97.32
Итого за обед			713.00	23.95	21.24	97.00	677.65
Полдник	ИОГУРТ	184	184	5.22	4.5	19.8	140.4
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	70	4.48	3.72	36.54	204.31
Итого за полдник			254.00	9.70	8.22	56.31	345.21
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	37	56	0.5	3	1.5	37
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3.07	4.16	27.65	136.8
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	80	6.96	0.35	0.46	44.54
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	160	160	0.11	0.03	0.54	0.82
	БАТОН	30	48	2.1	0.35	17.99	83.3
Итого за ужин 1			512.00	12.74	7.89	47.64	302.48
Итого за день			2103.00	59.68	50.78	268.36	1769.92
Среднее значение за период			2103.00	59.68	50.78	268.36	1769.92