

Заведующий



УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В.

10.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
11.04.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	32	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	1 шт	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1			477,00	15,57	16,42	53,16	426,13
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1 шт	1 шт	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого за завтрак 2			120,00	0,48	0,48	11,76	56,40
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	180	0	0	14,49	58,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	54	2,83	0,4	22,48	99,22
Итого за обед			755,00	18,97	18,74	100,78	567,95
Полдник	МОЛОКО	180	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	1 шт	1 шт	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник			234,00	7,61	6,49	34,80	229,24
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	40	57	1,6	3,6	6,9	65,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	80	13,44	4,88	3,56	116
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	30	45	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			512,00	20,42	12,78	42,74	392,65
Итого за день			2101,00	63,05	54,91	243,24	1672,37
Среднее значение за период			2101,00	63,05	54,91	243,24	1672,37