

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В.

29.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн. цен ность
				Белки	Жиры	Углево ды	
30.04.2025							
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	28	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	180	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1			434,00	9,45	12,00	44,60	323,50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1 шт	1шт	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 "ЗДОРОВЬЕ"	40	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	70	6,63	1,49	3,64	72,24
	МАРИНАД ОВОШНОЙ С ТОМАТОМ	50	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	180	0	0	14,49	58,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	46	2,76	0,39	21,88	96,6
Итого за обед			753,00	17,42	18,18	71,84	567,78
Полдник	МОЛОКО	180	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	2 шт	2 шт	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник			231,00	5,63	4,90	33,12	201,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	141	24,58	11,81	24,41	304,01
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	29	39	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			449,00	27,85	16,56	56,48	483,53
Итого за день			1990,00	60,83	52,12	217,80	1632,31
Среднее значение за период			1990,00	60,83	52,12	217,80	1632,31