



УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В.

02.10.2024

Заведующий

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
				Белки	Жиры	Углево ды	
03.10.2024							
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	150	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	23	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	1 шт	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1			468.00	14.63	16.76	54.17	431.20
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	5	0	0	0	0
Итого за на весь день			5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	46	2,86	0,41	22,69	100,18
	Итого за обед			713.00	23.11	26.49	71.96
Полдник	КЕФИР	166	166	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	1 шт	1 шт	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник			195.00	7.16	1.58	29.69	165.55
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	33	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			453.00	10.52	9.62	66.27	394.42
Итого за день			2034.00	56.42	54.65	241.89	1719.02
Среднее значение за период			2034.00	56.42	54.65	241.89	1719.02