

Заведующий

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М.В.

10/7/2024

Прием пищи	Наименование блюда	10/8/2024		Пищевые вещества			Эн.цен ность
		Ясли	САД	Белки	Жиры	Углевод ы	
10/8/2024							
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	31	31	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1			412,00	9,34	13,51	48,16	348,43
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	5	5	0	0	0	0
Итого за на весь день			5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	60	1	4	4,5	57,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	80	11,39	9,6	5,9	163
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	45	2,8	0,4	22,2	98
Итого за обед			695,00	23,60	21,65	93,79	665,95
Полдник	ЙОГУРТ	163	163	5,22	4,5	19,8	140,4
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за полдник			233,00	9,70	8,22	55,81	345,21
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	42	62	0,5	3	1,5	37
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	80	12,19	7,43	3,75	131,15
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	180	0,46	0	11,88	50,67
	БАТОН	34	44	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			516,00	18,32	14,94	62,77	438,92
Итого за день			1981,00	61,44	58,80	272,29	1854,91
Среднее значение за период			1981,00	61,44	58,80	272,29	1854,91