

Заведующий

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В.

30.04.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества						Эн.цен ность
		Ясли	Сад	Белки	Жиры	Углевод ы		
05.05.2025								
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	200	4,87	5,3	25,56	168,96	
	БАТОН	28	28	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	
Итого за завтрак 1			433.00	9.62	12.40	54.16	366.66	
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	195	195	1	0,2	19,8	86	
Итого за завтрак 2			195.00	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 КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	60	1,73	3,71	4,82	59,58	
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	200	3,68	4,16	16,64	119,2	
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	150	3,41	4,33	14,75	126,25	
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	80	15,57	34,72	7,57	391,55	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	44	2,74	0,39	21,71	95,82	
Итого за обед			713.00	27.13	47.31	75.19	831.10	
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			235.00	7.61	6.49	34.80	229.24	
Ужин 1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130	140	21,55	14,37	33,76	350,47	
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	30	0,36	1,32	3,66	32,4	
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	180	0,2	0,2	13,89	66,9	
	БАТОН	32	42	2,24	0,37	19,15	88,85	
Итого за ужин 1			389.00	24.35	16.26	70.46	538.62	
Итого за день			1968.00	69.71	82.66	254.41	2051.62	
Среднее значение за период			1968.00	69.71	82.66	254.41	2051.62	