УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Плотникова М. В.

09.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
10.01.2025							
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	27	27	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			427.00	10.14	14.32	50.95	373.25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1 шт	1 шт	0,48	0,48	11,76	56,4
	СОК (фруктовый/овощной)	107	107	0,5	0,1	9,86	42,87
Итого за завтрак 2			227.00	0.98	0.58	21.62	99.27
На весь день	Соль йодированная	3	5	0	0	0	0
Итого за на весь день			5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	1	5,07	3,03	57
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	150	2,92	4,92	15	141,14
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	60	80	17,92	34,44	14,56	425,64
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	36	2,75	0,39	21,8	96,22
Итого за обед			705.00	28.29	48.96	77.23	874.67
Полдник	МОЛОКО	180	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник			269.00	10.19	13.52	48.12	355.29
Ужин 1	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ПОДЛИВ	30	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	27	37	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			475.00	9.90	11.09	70.69	367.57
Итого за день			2108.00	59.50	88.47	268.61	2070.05
Среднее значение за период			2108.00	59.50	88.47	268.61	2070.05