

Заведующий

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В.

13.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
				Белки	Жиры	Углево ды	
14.05.2025							
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	180	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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1			431.00	9.45	12.00	44.60	323.50
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	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	60	0,5	3	1,5	37
	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	56	75	7,1	1,6	3,9	77,4
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	180	0,1	0	9,5	38,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	45	2,8	0,4	22,2	98
Итого за обед			762.00	17.57	19.26	64.85	554.47
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			229.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,7	3,05	10,38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	124	124	12,68	12,2	18,69	247,31
	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			432.00	15.95	16.95	50.76	426.83
Итого за день			1977.00	49.08	53.59	205.09	1562.30
Среднее значение за период			1977.00	49.08	53.59	205.09	1562.30