



Заведующий

Плотникова М. В.

УТВЕРЖДАЮ

14.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
				Белки	Жиры	Угледо ды	
15.01.2025							
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	26	26	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	10,99	13,20	58,15	356,34
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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	41	2,87	0,41	22,75	100,45
Итого за обед			681,00	21,92	28,11	65,84	599,97
Полдник	МОЛОКО	180	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	1 шт	1 шт	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник			230,00	7,37	6,30	31,80	214,60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	60	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	150	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	27	36	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			422,00	12,33	13,48	35,71	331,73
Итого за день			1969,00	53,61	61,29	211,30	1588,64
Среднее значение за период			1969,00	53,61	61,29	211,30	1588,64