

Заведующий

Меню триготовимых блюд
Категория: СадУТВЕРЖДАЮ
Плотникова М. В.

14.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.цен ность
				Белки	Жиры	Углево ды	
15.05.2025							
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	28	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	1 шт	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1			473.00	14.63	16.76	54.17	431.20
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	1 шт	1 шт	1,6	0,36	14,58	77,4
Итого за завтрак 2			180.00	1.60	0.36	14.58	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	70	9,45	13,41	0	166,47
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	46	2,86	0,41	22,69	100,18
	Итого за обед		683.00	19.37	26.47	57.23	560.33
Полдник	КЕФИР	171	171	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	1 шт	1 шт	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник			205.00	7.40	1.77	32.69	180.19
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	40	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			460.00	10.52	9.62	66.27	394.42
Итого за день			2004.00	53.52	54.98	224.94	1643.54
Среднее значение за период			2004.00	53.52	54.98	224.94	1643.54