

Заведующий

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М. В.

16.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.цен ность
				Белки	Жиры	Углево ды	
17.01.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	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
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	1 шт	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1			469,00	15,57	16,42	53,16	426,13
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день			5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	45	45	4,15	0,94	2,28	45,23
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	180	0,1	0	9,5	38,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	43	2,89	0,41	22,91	101,14
Итого за обед			678,00	14,31	14,80	64,13	462,91
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			228,00	7,37	6,30	31,80	214,60
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	80	13,44	4,88	3,56	116
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	28	37	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			445,00	18,75	9,15	44,95	363,41
Итого за день			1945,00	56,48	47,15	205,80	1523,45
Среднее значение за период			1945,00	56,48	47,15	205,80	1523,45