



УТВЕРЖДАЮ
Плотникова М. В.
20.01.2025

Заведующий

Меню приготовляемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда			Пищевые вещества			Эн.ценн ость
		Ясли	Сад	Белки	Жиры	Углево ды	
21.01.2025							
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	32	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1			422,00	9,80	11,02	46,26	310,03
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	194	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			194,00	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 ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	40	60	3	4,5	4,12	69
	ЩИ	180	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ПОДЛИВ	30	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	48	2,88	0,41	22,83	100,8
Итого за обед			748,00	16,17	19,00	87,95	526,45
Полдник	ЙОГУРТ	168	168	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	1 шт	1 шт	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник			202,00	7,23	6,09	45,30	264,84
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ	150	200	6,1	12,02	42,32	303
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	50	0,2	0	4,6	19,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	38	38	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1			468,00	8,10	12,32	71,14	429,60
Итого за день			2039,00	42,30	48,63	270,45	1616,92
Среднее значение за период			2039,00	42,30	48,63	270,45	1616,92