

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Метелева Е.А.)
18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	122	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	148	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за завтрак 1		329.00	15.26	18.75	42.47	404.13
Завтрак 2	ЯБЛОКО	81	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		81.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	146	2,8	3,23	7,07	77,66
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		574.00	13.95	13.80	66.99	392.29
Полдник	КЕФИР	149	4,49	0,15	5,98	46,41
	ПЕЧЕНЬЕ	7	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		156.00	4.51	0.15	21.86	110.61
Ужин 1	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	7,15	16,89	4,32	200,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		310.00	8.37	17.08	13.15	240.31
Итого за день		1453.00	42.49	50.18	153.77	1191.99

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузнецова Ю.Ю.)
Шеф-повар: _____ (Хлопова Е.Г.)