

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Метелева Е.А.)

19.12.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	129	3,5	4,69	14,51	113,99
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	149	2,4	2,02	11,76	75,44
Итого за завтрак 1		312.00	7.45	11.11	39.17	286.43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		100.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	160	3,23	4,89	14,51	149,28
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		561.00	15.49	15.50	68.69	501.17
Полдник	МОЛОКО	149	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПРЯНИКИ	22	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		171.00	5.97	5.08	29.48	188.40
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	128	18,69	7,6	20,57	225,39
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	29	0,78	2,84	3,08	40,96
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		376.00	22.21	13.67	40.59	374.09
Итого за день		1523.00	51.52	45.76	187.23	1394.74

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузнецова Ю.Ю.)

Шеф-повар: _____ (Хлопова Е.Г.)