

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

04.02.2025



05.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОПЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 1	730,00	19,24	21,74	77,64	585,19
	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	Итого за завтрак 2	100,00	0,50	0,10	9,90	43,00
	КАША ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОМ	179	1,95	2,96	6,42	59,96
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28	
ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2	
БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25	
Итого за обед	635,00	17,60	15,71	55,53	453,96	
Итого за обед	МОЛОКО	177	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
	Итого за полдник	372,00	5,05	4,41	29,08	177,77
Итого за ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	119	7,61	7,34	16,36	187,04
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	28	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за ужин 1	387,00	9,74	11,56	34,01	308,53
	Итого за день	2227,00	52,13	53,52	206,16	1568,45

Исполнитель: *Васильева*
Шеф-повар: *Кочур*