



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		359.00	9.00	11.13	45.80	318.51
Завтрак 2	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
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С	30	0,35	1,54	1,58	19,01
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	110	20,92	3,37	42,52	284,06
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	59	4,22	15,6	4,88	170,72
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		568.00	34.93	24.39	88.27	704.40
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,97	78,6
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		200.00	7.51	10.52	28.48	252.17
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		373.00	11.25	10.54	35.58	298.13
Итого за день		1603.00	63.19	56.68	208.03	1616.21

Исполнитель: Блинова ()
Шеф-повар: Кочер ()