

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли



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

21.01.2025							
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	СЫР ПОРЦИЙМИ	10	2,31	2,98	0	36,52	
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92	
	Итого за завтрак 1	545,00	10,03	9,27	56,37	348,00	
	Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
	Итого за завтрак 2	95,00	0,40	0,40	9,30	44,65	
	Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КАРТОФЕЛЕМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
		КАША ГРЕНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	2,02	2,95	5,47	57,6
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		60	8,54	7,2	4,43	122,25	
ХЛЕБ РЖАНОИ		20	1,12	0,16	8,8	39,2	
БАТОН		20	1,2	0,2	10,28	47,6	
КОМПОТ ИЗ ЯЗЮМА		150	0,15	0,08	11,63	47,63	
Итого за обед		580,00	16,12	16,61	71,65	504,81	
Полдник		КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
		ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	Итого за полдник	410,00	8,67	6,34	43,72	269,97	
Ужин 1	САЛАТ 'ДАЧНЫЙ'	39	0,6	1,8	17,53	35,26	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86	
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7	
	ХЛЕБ РЖАНОИ	32	1,68	0,24	13,32	58,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65	
	Итого за ужин 1	401,00	7,43	7,96	52,04	282,27	
	Итого за день	2034,00	42,65	40,58	233,08	1449,70	

Исполнитель: Васильев
 Шеф-повар: Кочер