

Исполнитель: Дорожко ()
 Шеф-повар: Коры ()

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЙМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 1	545,00	8,77	12,30	55,16	366,49
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	МОРКОВЬ ПРОТЕТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,34	0,19	10,56	47,04
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед						
		574,00	11,59	20,13	53,47	455,24
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
	БЛУОЧКА ВЕСУШКА	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник						
		408,00	8,64	7,41	44,37	281,62
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	39	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ диета	34	1,9	0,27	15,1	66,64
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1						
		538,00	19,96	29,03	56,47	587,40
Итого за день						
		2168,00	49,45	68,97	219,37	1733,75

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли



Заведующий
 УТВЕРЖДАЮ