

Исполнитель: Боронкова  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_

Прем	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	149	4,57	4,3	18,77	130,88
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ, диета	149	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЙНЫМ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1						
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2						
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	УХА С КРУПЮИ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	120	22,82	3,68	46,38	309,88
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	БАТОН	20	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						
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ, диета	200	0	0	9,78	39,22
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	49	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник						
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	ОМЛЕТ	129	7,47	8,77	4,44	142,1
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1						
Итого за день						
		2239,00	78,37	80,10	275,29	2146,15

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли



Заведующий: А. Боронкова