

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Маслеева Л.Н.)

14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	149	4.68	4.57	22.16	118.98
	БАТОН	26	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1.62	2.09	0	25.56
	КАКАО С МОЛОКОМ	149	2.17	1.88	11.15	74.1
Итого за завтрак 1		371.00	15.05	13.15	46.46	340.94
Завтрак 2	ГРУША	92	0.37	0.29	9.79	44.64
Итого за завтрак 2		92.00	0.37	0.29	9.79	44.64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0.27	2.67	1.16	30.4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4.61	3.24	13.39	101.52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2.87	3.66	29.86	163.48
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.54	7.2	4.43	122.25
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.08	0.08	13.42	55.58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2.2	0.4	16.2	78.4
Итого за обед		593.00	18.57	17.25	78.46	551.63
Полдник	КЕФИР	170	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПРЯНИКИ	35	2.06	1.63	26.25	128.1
Итого за полдник		205.00	7.45	1.81	33.44	183.85
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	39	0.64	2.04	3.08	32.96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12	112.93
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13.1	10.77	5.51	171.42
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	БАТОН	32	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		431.00	18.15	18.19	45.74	439.58
Итого за день		1695.00	59.59	50.69	213.89	1560.64

Исполнитель: Медсестра (Ерастова Ю.В.)

Шеф-повар: (Мезрина О.С.)