

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Мас (Маслеева Л.Н.)

28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	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
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2.36	2.59	11.27	74.68
Итого за завтрак 1		371.00	13.67	15.92	46.63	353.46
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0.9	0.18	17.81	77.4
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.46	2.06	1.6	27.86
	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 СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2.2	0.4	16.2	78.4
Итого за обед		589.00	18.68	16.56	73.56	525.76
Полдник	КЕФИР	164	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		184.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	40	0.88	0.16	4.47	23.2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12	112.93
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13.1	10.77	5.51	171.42
	БАТОН	32	1.8	0.3	15.42	71.4
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		432.00	18.39	16.31	47.13	429.82
Итого за день		1759.00	57.05	49.15	208.20	1506.39

Исполнитель: Медсестра _____ (Ерастова Ю.В.)

Шеф-повар: _____ (Мезрина О.С.)