

УТВЕР:
Заведующий _____
30.01

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	
			Белки	Жиры
31.01.2025				
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4.3	3.71
	БАТОН	30	1.5	0.25
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1.85	2.38
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2.88	2.43
Итого за завтрак 1		368.00	10.53	8.77
Завтрак 2	ЯБЛОКО	104	0.4	0.4
Итого за завтрак 2		104.00	0.40	0.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0
Итого за на весь день		3.00		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.67	2.73
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	3.78	4.82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.09	4.11
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	60	10.61	8.55
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0.28	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.38	0.25
Итого за обед		565.00	19.81	20.46
Полдник	МОЛОКО	180	5.04	4.41
	ПРЯНИКИ	40	2.36	1.87
Итого за полдник		220.00	7.40	6.28
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	31	0.8	3.47
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.53	3.13
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	60	11.69	7.61
	БАТОН	30	1.5	0.25
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0
Итого за ужин 1		391.00	16.55	14.46
Итого за день		1651.00	54.69	50.37

Исполнитель: Медсестра _____ (Ерастова Ю.В.)
Шеф-повар: _____ (Мезрина О.С.)

ЖДАЮ

_____(Маслеева Л.Н.)

.2025

гва	Эн.ценность
Углеводы	
18.19	124.24
12.85	59.5
0	29.21
14.13	90.63
45.17	303.58
9.3	44.65
9.30	44.65
0	0
3	39.27
11.18	110.92
22.37	83.41
2.72	129.94
12.2	49.15
10.13	49
61.60	461.69
8.37	94.32
30	146.4
38.37	240.72
3.02	46.22
11.4	101.86
6.26	140.02
12.85	59.5
7.63	30.65
41.16	378.25
195.60	1428.89