

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		364.00	5.27	8.22	34.28	225.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого за завтрак 2		120.00	0.48	0.48	11.76	56.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	38	0,53	2,6	2,67	36,8
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	9,85	7,31	2,29	114,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		580.00	18.10	17.46	64.21	493.58
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		213.00	7.75	2.05	37.19	202.15
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		389.00	14.57	7.04	38.80	299.03
Итого за день		1669.00	46.17	35.25	186.24	1276.74
Среднее значение за период		1669.00	46.17	35.25	186.24	1276.74

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()