

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Дудина Е.С.)
02.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		352.00	9.83	10.70	42.38	301.36
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП ГОРОХОВЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ 180	180	1,66	1,83	12,1	92,9
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		584.00	16.38	14.83	76.81	535.77
Полдник	КЕФИР	181	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		211.00	7.16	1.58	29.69	165.55
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	59	14,3	10,12	11,17	191,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		368.00	19.11	13.81	60.00	414.74
Итого за день		1718.00	53.48	41.12	228.68	1503.42
Среднее значение за период		1718.00	53.48	41.12	228.68	1503.42

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)
Шеф-повар: _____ (Бокова Н.Л.)