

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Леднева М. В.)

10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	33	1,98	0,33	16,96	78,54
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		373.00	11.21	11.16	47.85	337.35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,65	2,67	2,67	33,97
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,23	0,18	9,68	43,12
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		572.00	10.54	23.19	47.71
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230.00	8.67	6.34	34.92	234.67
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,47	0,07	1,53	9,6
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,23	0,18	9,77	43,12
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		417.00	11.83	10.63	38.08	311.65
Итого за день		1695.00	42.65	51.72	178.36	1368.17

Исполнитель: Медсестра _____ (Кадочникова Е. П.)

Шеф-повар: _____ (Ардышева Л.А.)