

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Зыкова Елена
Александровна)
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,85	6,5	20,12	158
	БАТОН	29	1,81	0,3	15,53	71,9
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		394.00	9.59	13.38	49.83	358.03
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	3,38	2,02	38
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	3,4	12,35	110,35
	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	12,28	11,73	8,56	188,84
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,28	0,33	18,08	79,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		657.00	21.27	22.04	68.81	572.12
Полдник	КЕФИР	197	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		245.00	9.30	7.04	29.50	235.51
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	БАТОН	29	1,85	0,31	15,81	73,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		379.00	9.92	11.09	31.66	282.68
Итого за день		1878.00	50.88	54.35	199.40	1542.34

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)
Шеф-повар: _____ (Титкина В.В.)