



Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли (ДИЕТА № 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.02.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	180	4,33	4,55	25,61	153,31
	БАТОН	35,89	2,74	0,36	18,42	94,02
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		400,89	7,12	9,06	52,88	320,12
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		180,00	0,46		11,88	50,67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	30	0,37	2,27	1,87	30,49
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,11	0,2	8,09	39,2
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		610,00	14,92	13,59	67,67	457,59
Полдник	СНЕЖОК	175	4,9	4,38	19,25	134,75
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		225,00	8,90	6,38	43,25	254,73
Ужин 1	САЛАТ 'ДАЧНЫЙ'	35,1	0,53	1,58	15,38	30,94
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	155	0,03	0	7,88	31,67
Итого за ужин 1		400,10	10,99	9,90	79,08	403,75
Итого за день		1818,99	42,39	38,93	254,76	1486,86

Исполнитель: Калькулятор \_\_\_\_\_ (Прозорова Анна Александровна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Останина Ольга Васильевна)