



С УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Онучина Ольга Николаевна)
 06.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.02.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	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		360.00	8.88	12.25	43.77	325.28
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.42	0.42	9.79	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,11	0,2	8,09	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		630.00	22.94	26.38	50.12	559.26
Полдник	МОЛОКО	179,11	5,02	4,39	8,33	93,85
	ПЕЧЕНЬЕ	22	0,02	0	17,47	70,62
Итого за полдник		201.11	5.04	4.39	25.80	164.47
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29,33	1,61	0,29	11,88	57,49
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0	0	7,82	31,37
Итого за ужин 1		409.33	16.32	15.54	42.61	379.75
Итого за день		1703.44	53.60	58.98	172.09	1475.76
Среднее значение за период		1703.44	53.60	58.98	172.09	1475.76

Исполнитель: Калькулятор А.А. Прозорова (Прозорова Анна Александровна)
 Шеф-повар: О.В. Останина (Останина Ольга Васильевна)