



Меню приготавливаемых блюд

Категория: **Ясли**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Онучина Ольга Николаевна)
17.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,78	75,53
Итого за завтрак 1		330.00	8.66	10.14	42.85	302.76
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 МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	20,98	1,6	0,21	10,76	54,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,37	0,43	17,42	84,28
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		663.98	17.37	17.72	90.13	578.70
Полдник	МОЛОКО	178,63	5	4,38	8,31	93,6
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		228.63	8.20	7.04	34.03	239.89
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	13,17	12,67	19,41	256,82
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29,36	0,35	1,29	1,34	22,61
	БАТОН	25,78	1,97	0,26	13,23	67,53
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		370.14	15.61	14.25	34.02	347.87
Итого за день		1695.75	50.24	49.55	210.83	1516.22
Среднее значение за период		1713.55	46.88	42.23	215.73	1489.41

Исполнитель: Калькулятор (Прозорова Анна Александровна)

Шеф-повар: (Останина Ольга Васильевна)