



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Онучина Ольга Николаевна)

16.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	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
	ЧАЙ С САХАРОМ (ДИЕТА № 9) гр. АБВГД 1 чел.	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		540.00	8.54	10.71	53.80	350.40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	169,7	0,85	0,17	16,79	72,97
	ЯБЛОКО (ДИЕТА № 9) гр. АБВГД 1 чел.	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		269.70	1.25	0.57	26.59	119.97
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	29	1,06	3	2,31	40,24
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	150	2,76	3,12	12,48	89,4
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	119	2,17	2,32	12,18	79,18
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		563.00	19.05	34.73	52.48	590.18
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,97	78,6
	ПРЯНИКИ	32	1,89	1,49	24	117,12
	ПЕЧЕНЬЕ (ДИЕТА № 9) гр. АБВГД 1 чел.	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		202.00	6.11	5.17	46.85	259.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (ДИЕТА № 9) гр. АБВГД 1 чел.	130	5,66	5,66	32,36	202,51
	СОУС СМЕТАННЫЙ	46	0,56	2,07	2,15	36,14
	БАТОН	25,52	1,95	0,26	13,09	66,85
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		550.52	21.47	22.40	68.94	586.15
Итого за день		2128.22	56.42	73.58	248.66	1906.62
Среднее значение за период		2128.22	56.42	73.58	248.66	1906.62

Исполнитель: Калькулятор (Прозорова Анна Александровна)

Шеф-повар: (Останина Ольга Васильевна)