

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Сметанина С.А.)
22.07.25

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	39	5,09	4,59	0,3	63
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	30	1,91	0,25	12,83	65,49
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		404.00	13.64	15.92	43.62	377.99
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.60	0.60	14.70	70.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,32	1,12	2,08	20,07
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		622.00	9.41	13.06	49.33	411.08
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	32	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		212.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	25	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		375.00	25.61	13.27	51.78	425.56
Итого за день		1766.00	56.07	48.66	190.30	1489.25

Исполнитель: Медсестра _____ (Соболева Т.Г.)

Шеф-повар: _____ (Бакалдина Е.Н.)