

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Сметанина С.А.)
28.07.25

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	31	2,28	0,3	15,3	78,08
	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		366.00	8.74	10.56	41.48	300.56
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,73	1,53	33,73
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,48	0,45	18,22	88,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		556.00	18.00	22.27	52.91	487.85
Полдник	МОЛОКО	169	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		189.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	БАТОН	31	2,28	0,3	15,3	78,08
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		401.00	7.93	8.80	58.67	312.87
Итого за день		1615.00	40.15	46.46	187.10	1306.80

Исполнитель: Медсестра _____ (Соболева Т.Г.)

Шеф-повар: _____ (Бакалдина Е.Н.)