

УТВЕР:
Заведующий _____
30.01

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	
			Белки	Жиры
31.01.2025				
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4.3	3.71
	БАТОН	25	1.5	0.25
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2.88	2.43
Итого за завтрак 1		358.00	8.73	10.54
Завтрак 2	ЯБЛОКО	106	0.4	0.4
Итого за завтрак 2		106.00	0.40	0.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0
Итого за на весь день		3.00		
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.71	2.58
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3.17	3.65
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2.86	4.03
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5.32	1.2
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1.38	0.25
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0.28	0
Итого за обед		604.00	13.96	12.85
Полдник	МОЛОКО	178	5.04	4.41
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4
Итого за полдник		208.00	6.81	5.81
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	40	1.15	2.95
	Запеканка из печени с рисом	150	0	0
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	29	0.78	2.84
	БАТОН	25	1.5	0.25
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03
Итого за ужин 1		424.00	3.54	6.07
Итого за день		1703.00	33.44	35.67

Исполнитель: Медсестра _____ (Ерастова Ю.В.)
Шеф-повар: _____ (Анисимова О.Н.)

ЖДАЮ

_____(Ганичева Л.Г.)

.2025

гва	Эн.ценность
Углеводы	
18.19	124.24
12.85	59.5
0.05	37.5
14.13	90.63
45.22	311.87
9.3	44.65
9.30	44.65
0	0
2.84	38.04
7.99	87.77
28.67	92.69
2.93	58.05
2.1	20.22
10.13	49
12.2	49.15
66.86	394.92
8.37	94.32
22.5	109.8
30.87	204.12
4.06	47.56
0	0
3.08	40.96
12.85	59.5
0.04	0.82
20.03	148.84
172.28	1104.40