

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Костицына О.А.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,73	4,95	24,25	165,65
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,06	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,99	0	36,51
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		435,00	13,37	14,92	58,99	425,49
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого за завтрак 2		180,00	0,90	0,18	17,82	77,40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,92	3,06	4,13	50,39
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,5	5,5	6,8	100,5
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,19	278,31
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,76	0,5	20,26	98
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		770,00	20,61	37,61	88,43	773,25
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,33	37,5	183
Итого за полдник		250,00	8,55	7,23	46,80	287,80
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		410,00	28,55	15,06	56,29	484,11
Итого за день		2048,00	71,98	75,00	268,33	2048,05