

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	151	4.3	3.71	18.19	124.24
	БАТОН	30	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	2.88	2.43	14.13	90.63
Итого за завтрак 1		367.00	8.73	10.54	45.22	311.87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	175	0.9	0.18	17.86	77.58
Итого за завтрак 2		175.00	0.90	0.18	17.86	77.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1.35	5.21	2.23	61.86
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3.17	3.65	7.99	87.77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2.86	4.03	28.67	92.69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5.32	1.2	2.93	58.05
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1	20.22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	1.38	0.25	10.13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		610.00	14.47	15.56	65.68	417.22
Полдник	СНЕЖОК	186	4.2	3.75	16.51	115.6
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
Итого за полдник		216.00	5.97	5.15	39.01	225.40
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	44	1.07	2.4	4.6	43.47
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	146	9.46	9.1	4.63	151.66
	БАТОН	30	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАИ С МОЛОКОМ	160	0.67	0.83	9.51	36.72
Итого за ужин 1		370.00	12.70	12.58	31.59	291.35
Итого за день		1741.00	42.77	44.01	199.36	1323.42

Исполнитель: Диетсестра (Долгих Н.В.)

Шеф-повар: (Лебедева Г.В.)