



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	125	4.04	5.42	18.76	131.66
	БАТОН	19	1.5	0.25	12.85	69.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.16	0.05	37.5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	139	0.67	0.83	9.81	36.72
Итого за завтрак 1		288.00	6.26	10.66	39.17	266.38
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	159	0.8	0.16	16.84	66.83
Итого за завтрак 2		159.00	0.80	0.16	16.84	66.83
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	39	0.8	3.47	3.02	48.22
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	161	3.33	3.96	6.67	78.76
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	2.09	2.58	9.4	84.01
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	39	8.29	7.91	6.78	127.62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1.12	0.18	8.8	39.2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.38	0	9.9	42.23
Итого за обед		496.00	16.01	18.08	42.47	417.93
Полдник	КЕФИР	131	4.47	0.15	6.96	48.22
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ	48	3.71	1.93	21.86	126.41
Итого за полдник		179.00	8.18	2.08	27.81	172.63
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ	38	1.2	0.13	2.67	18
	ОМЛЕТ	109	8.63	10.13	5.13	164.13
	БАТОН	22	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7.33	29.41
Итого за ужин 1		319.00	11.63	10.56	30.55	280.94
Итого за день		1444.00	42.88	41.53	155.84	1205.71

Исполнитель: Директора (Долгих Н.В.)  
Шеф-повар: (Лебедева Г.В.)