

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Леушина П.Л.)
 24.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.12.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	146	3.53	3.68	12	94.35
	БАТОН	32	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2.88	2.43	14.13	90.63
Итого за завтрак 1		395.00	12.99	10.72	39.28	307.28
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0.4	0.4	9.3	44.65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	39	0.71	2.58	2.84	38.04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	178	1.95	2.96	6.42	59.96
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	99	2.81	3.73	20.32	75.76
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	58	2.59	2.79	2.16	55.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	147	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		561.00	9.33	12.30	52.17	316.29
Полдник	МОЛОКО	197	5.58	4.88	9.26	104.39
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		217.00	5.60	4.88	25.14	168.59
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	39	0.46	2	3.79	35.39
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	108	19.12	9.19	18.99	236.49
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	26	0.6	1.87	1.99	27.05
	БАТОН	25	1.2	0.2	10.28	47.6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		378.00	21.49	13.29	35.09	347.35
Итого за день		1649.00	49.81	41.59	160.98	1184.16

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