

УТВЕРЖДАЮ
 (Ефимова Н.Г.)
 25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углево ды	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360.00	8.98	6.44	47.74	286.27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	22	0,6	0,04	3,52	16,8
	СУП "ЛЕТНИЙ" ОВОЩНОЙ	157	3,24	3,82	7,99	79,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	48	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	178	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		557.00	14.93	13.84	69.46	478.53
Полдник	МОЛОКО	200	5,04	4,41	8,37	94,32
Итого за полдник		200.00	5.04	4.41	8.37	94.32
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,09	4,11	22,37	83,41
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		400.00	5.89	8.08	54.70	267.93
Итого за день		1700.00	35.74	32.95	198.08	1204.45
Среднее значение за период		1700.00	35.74	32.95	198.08	1204.45