



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	27	1,84	0,31	15,77	73,02
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	169	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		352,00	9,84	9,84	44,85	304,59
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	186	0,89	0,18	17,62	76,58
	ЯБЛОКО	65	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		251,00	1,29	0,58	26,92	121,23
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ "МОЗАИКА"	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	177	4,08	3,61	17,28	114,71
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,2	0,4	16,13	78,04
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	148	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		578,00	18,75	17,59	80,90	560,05
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА-ДОМАШНЯЯ	48	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		228,00	8,67	6,34	34,92	234,67
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	111	2,32	2,87	10,46	93,44
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	13,32	5,46	0	102,6
	БАТОН	27	2,31	0,39	19,83	91,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	148	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		346,00	17,98	8,72	37,92	318,49
Итого за день		1758,00	56,53	43,07	225,51	1539,03

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Лущикова М.Л.)