



Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	* Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	148	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	30	1,88	0,31	16,06	74,38
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		361,00	8,85	12,31	47,00	334,17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	158	0,8	0,16	15,84	68,86
Итого за завтрак 2		158,00	0,80	0,16	15,84	68,86
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,15	4,95	6,12	90,45
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	118	2,53	3,13	11,4	101,86
	ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	58	7,45	17,51	7,64	208,73
	ПОДЛИВ	29	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,29	0,33	18,02	80,27
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	149	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		617,00	16,12	29,11	55,47	559,13
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАРАНКА	44,5	3,78	0,67	35,78	115,7
Итого за полдник		222,50	8,82	5,08	44,15	210,02
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	39	1,2	0,13	2,67	16
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	37	2,38	0,4	20,38	94,35
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	149	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		374,00	12,38	10,83	39,76	330,23
Итого за день		1735,50	46,97	57,49	202,22	1502,41

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Луцикова М.Л.)