

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Никилина С.А.)
18.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	149	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	175	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		353.00	8.20	12.07	43.04	317.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	84	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		84.00	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 ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	39	0,67	3,93	3,27	55,2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	177	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	59	6,55	6,33	10,56	121,53
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	28	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	153	0,15	0	10,73	44,63
	Итого за обед		606.00	16.40	20.89	74.38
Полдник	СНЕЖОК	180	5,04	4,5	19,8	138,6
	ПЕЧЕНЬЕ	24	0,03	0	20,06	81,09
Итого за полдник		207.00	5.07	4.50	39.86	219.69
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	39	0,47	2	4,2	37,07
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	147	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		389.00	19.70	19.33	66.39	463.40
Итого за день		1642.00	49.77	57.19	232.97	1548.24

Исполнитель (Пономарева А.В.)

Шеф-повар (Луцикова М.Л.)