



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	149	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	31	1,79	0,3	15,32	70,94
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		362,00	8,42	10,76	47,49	320,56
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	174	0,87	0,17	17,31	75,2
	АПЕЛЬСИН	72	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		246,00	1,76	0,37	25,41	118,20
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'МОЗАИКА'	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	119	2,73	3,46	11,8	101
	КОТЛЕТЫ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,23	0,4	16,36	79,15
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	147	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		587,00	16,23	26,38	61,60	552,89
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	34,2	2,02	1,6	25,65	125,17
Итого за полдник		212,20	7,06	6,01	34,02	219,49
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	39	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	147	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		373,00	25,29	14,54	55,84	455,50
Итого за день		1783,20	58,76	58,06	224,36	1666,64

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Лущикова М.Л.)