

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Белова Е. Л.
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Ясли | Сад | Пищевые вещества | | | Эн.ценн ость |
|----------------------------|---|------|---------|------------------|-------|--------------|-----------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углев оды | |
| 17.05.2024 | | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 200 | 5,39 | 7,22 | 22,35 | 175,55 |
| | БАТОН | 23 | 23 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,7 | 100,7 |
| Итого за завтрак 1 | | | 426.00 | 10.14 | 14.32 | 50.95 | 373.25 |
| Завтрак 2 | АПЕЛЬСИН | 1 шт | 1 шт | 1,6 | 0,36 | 14,54 | 77,19 |
| | СОК (фруктовый/овощной) | | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | | 349.00 | 2.60 | 0.56 | 34.34 | 163.19 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) | 40 | 60 | 1,73 | 3,71 | 4,82 | 59,58 |
| | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 180 | 200 | 3,52 | 4,05 | 8,88 | 97,52 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 150 | 3,17 | 3,92 | 14,25 | 127,33 |
| | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ | 60 | 80 | 5,63 | 20,8 | 6,51 | 227,63 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 47 | 2,82 | 0,4 | 22,36 | 98,7 |
| Итого за обед | | | 715.00 | 16.87 | 32.88 | 66.52 | 649.46 |
| Полдник | МОЛОКО | 180 | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА` | 50 | 70 | 5,04 | 4,2 | 38,08 | 212,8 |
| Итого за полдник | | | 269.00 | 10.64 | 9.10 | 47.38 | 317.60 |
| Ужин 1 | САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ` | 40 | 60 | 0,96 | 2,04 | 4,08 | 37,2 |
| | ОМЛЕТ | 150 | 150 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | БАТОН | 28 | 33 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| Итого за ужин 1 | | | 421.00 | 11.69 | 12.52 | 36.00 | 319.93 |
| Итого за день | | | 2185.00 | 51.94 | 69.38 | 235.19 | 1823.43 |
| Среднее значение за период | | | 2185.00 | 51.94 | 69.38 | 235.19 | 1823.43 |