

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Белова Е. Л.
19.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
				Белки	Жиры	Углево ды	
20.12.2024							
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	35	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	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			422,00	18,59	20,27	57,65	507,78
Завтрак 2	МАНДАРИН	1 шт	1 шт	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2			84,00	0,56	0,14	15,20	64,00
На весь день	Соль йодированная	3	5	0	0	0	0
Итого за на весь день			5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	60	1	5,07	3,03	57
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	60	8	11,36	0	140,93
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	180	0,1	0	9,5	38,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	40	2,92	0,42	23,17	102,26
Итого за обед			718,00	19,93	30,38	76,31	581,48
Полдник	МОЛОКО	180	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ПЕЧЕНЬЕ гр. Кнопочки	2 шт	2 шт	0,03	0	23,82	96,3
	ШОКОЛАД МОЛОЧНЫЙ		20	1,89	6,69	9,8	107,5
Итого за полдник			320,00	12,11	20,21	81,74	559,09
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	76	76	13,44	4,88	3,56	116
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр. Знайки		80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1			515,00	22,43	37,75	42,03	595,54
Итого за день			2064,00	73,62	108,75	272,93	2307,89
Среднее значение за период			2064,00	73,62	108,75	272,93	2307,89