

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Белова Е. Л.
26.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда		Сад	Пищевые вещества			Эн.цен ность
		Ясли		Белки	Жиры	Углево ды	
27.05.2025							
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	30	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	1 шт	1 шт	5,08	4,36	0,3	62,8
	ПЕЧЕНЬЕ гр. Кнопочки		2 шт	0,03	0	23,82	96,3
Итого за завтрак 1			494.00	14.91	15.38	70.38	469.13
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1 шт	1 шт	0,48	0,48	11,86	56,89
	СОК (фруктовый/овощной) гр. Затейники, Н-курносики	200	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			292.00	1.48	0.68	31.66	142.89
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЩИ	180	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	80	7,89	7,89	3,19	136
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	43	2,89	0,41	22,91	101,14
Итого за обед			713.00	17.93	20.44	87.24	524.53
Полдник	КЕФИР	185	185	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	71	4,59	8,62	38,82	250,49
	ПЕЧЕНЬЕ	1 шт	1 шт	0,01	0	10,76	43,49
Итого за полдник			270.00	10.59	8.82	57.57	355.92
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	75	6,53	0,33	0,43	41,76
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	36	36	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1			441.00	11.44	4.79	52.65	286.74
Итого за день			2213.00	56.35	50.11	299.50	1779.2 1

Среднее значение за период		2213.00	56.35	50.11	299.50	1779.21
----------------------------	--	---------	-------	-------	--------	---------