



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Фоминых Я.В.)
 13.05.2024

Меню приготовляемых блюд
 Категория Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 14.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 150 | 3,38 | 4,43 | 16,5 | 119,25 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 10 | 2,31 | 2,98 | 0 | 36,52 |
| | КАКАО НА МОЛОКЕ | 157 | 2,47 | 2,71 | 11,8 | 78,17 |
| Итого за завтрак 1 | | 342.00 | 9.66 | 10.37 | 41.15 | 293.44 |
| Завтрак 2 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | СОК (фруктовый/овощной) | 189,47 | 0,95 | 0,19 | 18,76 | 81,47 |
| Итого за завтрак 2 | | 289.47 | 1.35 | 0.59 | 28.56 | 128.47 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 42 | 0,62 | 2,1 | 2,73 | 33,53 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 180 | 2,59 | 2,06 | 13,82 | 84,24 |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 2,63 | 3,35 | 27,37 | 149,86 |
| | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ | 60 | 5,92 | 5,92 | 2,39 | 102 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 150 | 0,08 | 0,08 | 13,42 | 55,58 |
| Итого за обед | | 582.00 | 14.16 | 13.87 | 78.81 | 512.01 |
| Полдник | СНЕЖОК | 185 | 5,27 | 4,7 | 20,69 | 144,86 |
| | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 50 | 2,68 | 1,01 | 38,23 | 143,36 |
| Итого за полдник | | 235.00 | 7.95 | 5.71 | 58.92 | 288.22 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 38 | 0,61 | 1,94 | 2,93 | 31,31 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | СУФЛЕ РЫБНОЕ | 63 | 2,72 | 2,93 | 2,27 | 58,49 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 411.00 | 8.21 | 8.36 | 43.31 | 309.11 |
| Итого за день | | 1862.47 | 41.33 | 38.90 | 250.75 | 1531.25 |

