



Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:

Возрастная категория:

Ясли

31.03.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт уры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша ячневая жидкая	150	4,20	5,50	20,90	150	№311
	Бутербродс маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	6,10	9,40	43,30	282,3	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70	
ОБЕД	Салат степной из разных овощей	40	0,70	3,00	3,00	42	№25
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/15	3,70	3,30	11,80	92	№137
	Плов из птицы	130	8,50	10,90	15,10	193	№406
	Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	15,00	61	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	30	0,80	0,30	11,30	51	
ИТОГО ЗА ОБЕД		515	14,20	17,80	65,00	476,6	
ПОЛДНИК	Запеканка царская из творога с молоком сгущенным	130	6,60	4,50	14,50	125	№10/5
	Молоко питьевое кипяченое	150	4,30	3,80	7,10	80	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	10,90	8,30	21,60	204,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			31,00	36,00	147,00	1034	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энерге тическ ая ценнос	№ рецепт уры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша ячневая жидкая	200	6,50	7,70	25,30	196	№311
	Бутербродс маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№685
	Хлеб пшеничный	15	0,30	0,20	6,60	29	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	8,50	11,60	51,90	345,4	
ЗАВТРАК 2	Витаминизированный напиток	200	0,30	0,00	22,40	91	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,40	91	
ОБЕД	Салат степной из разных овощей	60	1,00	3,00	4,50	49	№25
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/15	4,10	3,60	15,10	109	№137
	Плов из птицы	200	12,40	13,50	24,50	269	№406
	Компот из свежих яблок	200	0,10	0,10	20,00	81,4	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	69	
ИТОГО ЗА ОБЕД		655	18,90	20,90	88,00	615,8	
ПОЛДНИК	запеканка царская из творога с молоком сгущенным	150	9,90	6,70	21,20	184,7	№10/5
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,20	4,50	8,50	95	№260
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	15,10	11,20	29,70	280	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,00	44,00	192,00	1332	