

**Утверждаю**

## Ясли

03.04.25



### Меню приготавливаемых блюд

| Прием пищи                | Наименование блюда                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|---------------------------|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|----------------|
|                           |                                    |              | Белки            | Жиры         | Углевод       |                            |                |
| <b>День 9</b>             |                                    |              |                  |              |               |                            |                |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Омлет натуральный с подгарнировкой | 180          | 10,60            | 8,40         | 8,40          | 151                        | №340           |
|                           | Бутерброд с сыром                  | 20 15        | 5,30             | 3,70         | 7,20          | 83,3                       | №3             |
|                           | Чай с сахаром                      | 200          | 0,10             | 0,00         | 12,60         | 51                         | №865           |
|                           | Хлеб пшеничный                     | 20           | 0,40             | 0,20         | 8,80          | 39                         |                |
|                           | Хлеб ржаной                        | 20           | 0,60             | 0,20         | 7,60          | 35                         |                |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>   |                                    | <b>415</b>   | <b>17,00</b>     | <b>12,50</b> | <b>44,60</b>  | <b>358,7</b>               |                |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>          | Яблоки свежие печеные              | 150          | 0,70             | 0,70         | 20,10         | 89                         |                |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b> |                                    | <b>150</b>   | <b>0,70</b>      | <b>0,70</b>  | <b>20,10</b>  | <b>89</b>                  |                |
| <b>ОБЕД</b>               | Винигрет овощной                   | 60           | 1,20             | 4,10         | 7,60          | 72                         | №4             |
|                           | Суп лапша домашняя с курицей       | 180/10       | 4,10             | 4,20         | 15,20         | 115                        | №148           |
|                           | Шницель из мяса                    | 70           | 9,20             | 8,80         | 8,30          | 149                        | №451           |
|                           | Овощи, припущенные в сметане       | 150          | 1,90             | 5,10         | 15,40         | 115                        |                |
|                           | Компот из кураги                   | 180          | 0,50             | 0,00         | 16,20         | 67                         | №638           |
|                           | Хлеб пшеничный                     | 20           | 0,50             | 0,30         | 7,60          | 34                         |                |
|                           | Хлеб ржаной                        | 30           | 0,70             | 0,40         | 11,30         | 52                         |                |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>      |                                    | <b>650</b>   | <b>17,80</b>     | <b>22,90</b> | <b>81,50</b>  | <b>602,9</b>               |                |
| <b>ПОЛДНИК</b>            | Булочка "Нежная"                   | 50           | 1,50             | 3,90         | 28,50         | 155                        | №560           |
|                           | Кисломолочный напиток              | 200          | 5,50             | 6,00         | 12,30         | 125                        | №698           |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>   |                                    | <b>250</b>   | <b>7,00</b>      | <b>9,90</b>  | <b>40,80</b>  | <b>280</b>                 |                |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>     |                                    |              | <b>42,00</b>     | <b>46,00</b> | <b>187,00</b> | <b>1331</b>                |                |