

ТВЕРЖДАЮ  
И.О.Заведующего (Инициалы Фамилия Имя Отчество Т.Н)  
08.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
				Белки	Жиры	Угледо ды	
13.05.2024							
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	151	201	8,26	9,16	39,35	273,48
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)		180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	36	2,16	0,36	18,5	85,68
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	201	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		402.00	843.00	26.59	28.57	127.51	875.85
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00	5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
Итого за обед		590.00	893.00	16.14	38.89	88.18	777.72
Полдник	МОЛОКО	182	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	БАТОН(непоседы)		20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		232.00	451.00	10.00	7.76	54.10	333.99
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	23	1,72	0,25	13,49	60,11
	БАТОН	15	25	1,46	0,24	12,49	57,85
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		415.00	478.00	8.61	19.19	51.04	461.69
Итого за день		1842.00	2870.00	62.34	94.61	340.63	2535.25
Среднее значение за период		1842.00	2870.00	62.34	94.61	340.63	2535.25

ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ