

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 35» города Кирова



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Балахничева Л.А.)

20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		364.00	7.99	8.66	40.76	259.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		295.00	1.40	0.60	29.10	130.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		587.00	13.34	14.62	67.75	465.74
Полдник	КЕФИР	177	5,39	0,18	7,19	55,75
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		227.00	8.07	1.19	45.42	199.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		397.00	7.27	8.83	36.47	282.12
Итого за день		1873.00	38.07	33.90	219.50	1336.95
Среднее значение за период		1873.00	38.07	33.90	219.50	1336.95

Исполнитель: Медсестра _____ (Рыболовлева Н. В.)
 Шеф-повар: _____ (Одегова Е. Н.)