



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Балахничева Л.А.)
02.12.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.12.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,16	118,98
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		370.00	9.16	7.60	59.39	313.51
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		280.00	0.88	0.42	21.67	97.67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПКОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	150	0,08	0	9,82	41,63
Итого за обед		560.00	17.98	22.12	54.28	489.89
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		230.00	9.04	6.41	32.37	214.30
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		415.00	12.06	17.18	31.96	346.53
Итого за день		1858.00	49.12	53.73	199.67	1461.90
Среднее значение за период		1858.00	49.12	53.73	199.67	1461.90

Исполнитель: Медсестра _____ (Рыболовлева Н. В.)

Шеф-повар: _____ (Одегова Е. Н.)

Полдник