

СОГЛАСОВАНО

 (должность)

 (ФИО)

 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

 Заведующий
 Кургина И.В.
 01.06.2025г.



Меню приготавливаемых блюд

Возраст
 ная
 категор Ясли
 ия:

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" | 160 | 4,48 | 5,42 | 20,58 | 149,2 | 84 |
| | Какао с молоком (2 вариант) | 150 | 3,66 | 3,95 | 17,70 | 119,64 | 249 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 35,25 | 701 |
| | Масло сливочное | 4 | 0,03 | 2,90 | 0,05 | 26,44 | 703 |
| | Сыр (порциями) | 5 | 1,16 | 1,48 | 0,00 | 18 | 7 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 334 | 10,52 | 13,90 | 45,57 | 348,53 | |
| 10:00 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 75 | 7,50 | 0,75 | 21,75 | 123,75 | 389 |
| ИТОГО ЗА 10:00 | | 75 | 7,50 | 0,75 | 21,75 | 123,75 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 7,32 | 3,52 | 12,04 | 109,53 | 36 |
| | Рыба тушеная в томате с овощами | 50 | 5,72 | 1,82 | 2,82 | 50,83 | 144 |
| | Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 26,1 | 700 |
| | Кисель из плодового или ягодного концентрата | 150 | 0,00 | 0,00 | 3,00 | 11,37 | 233 |
| | Картофельное пюре | 110 | 3,17 | 3,90 | 21,29 | 133,39 | 206 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 35,25 | 701 |
| | Салат из белокочанной капусты с морковью | 30 | 0,49 | 3,02 | 3,19 | 40,48 | 4 |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 3 | 0,22 | 0,24 | 1,06 | 7,4 | 58 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 523 | 19,10 | 12,83 | 55,65 | 414,35 | |
| ПОЛДНИК | Макаронник (макаронная запеканка) (со сгущенкой) | 50 | 2,67 | 2,05 | 12,35 | 78,21 | 103 |
| | Кисломолочные продукты (витаминизированные) (йогурт) | 150 | 4,50 | 0,08 | 6,00 | 60 | 4 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 200 | 7,17 | 2,13 | 18,35 | 138,21 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1132 | 44,29 | 29,61 | 141,32 | 1024,84 | |