

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Переславцева С.Л.)
 20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли Диета

ДЕТСКИЙ САД
 №42 г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		365.00	5.55	9.05	52.84	314.07
Завтрак 2	ЯБЛОКО	91	0,38	0,38	8,91	42,77
Итого за завтрак 2		91.00	0.38	0.38	8.91	42.77
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	ЩИ	150	2,78	3,3	4,64	65,63
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		540.00	27.43	23.87	74.69	627.38
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	50	3,29	2,86	19,14	115,71
Итого за полдник		200	3.40	2.89	19.18	116.53
Ужин 1	ГАРНИР ОВОЩНОЙ	120	3,26	3,06	11,4	92,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	2,16	2,33	1,8	46,42
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		380.00	7.26	5.69	37.75	247.46
Итого за день		1609.00	44.02	41.88	193.37	1398.21
Среднее значение за период		1609.00	44.02	41.88	193.37	1398.21