

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Переславцева С.Л.)

21.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

## Категория: Ясли диета

ДЕТСКИЙ САД  
№42 г.КИРОВА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>22.01.2025</b>						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,08	0	25,56
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		367,00	7,64	7,99	54,72	246,00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		150,00	0,75	0,15	14,84	64,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0	0,64	5,28
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	50	10,92	8,97	4,59	142,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	16,1	66,7
Итого за обед		610,00	17,87	16,29	57,35	466,12
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85	80,25
Итого за полдник		205,00	0,03		28,65	115,55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	25	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		405	25,52	14,54	49,03	435,44
Итого за день		1745,00	51,81	38,97	204,59	1397,61
Среднее значение за период		1745,00	51,81	38,97	204,59	1397,61