

УТВЕРЖДАЮ

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

30.01.2025

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>31.01.2025</b>						
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 С САХАРОМ	180	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		365	5.44	9.02	60.13	342.66
Завтрак 2	ЯБЛОКО	123	0,4	0,4	9,3	44,65
	Итого за завтрак 2		123	0.90	0.50	19.20
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,04	38,04
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,74	5,92	7,08	112,41
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,4	16,21	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	Итого за обед		640.00	16.91	17.65	80.12
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	ПЕЧЕНЬЕ	31	0,03	0	24,61	99,51
	Итого за полдник		211.00	0.03		33.41
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,28	9,81	7,17	158,03
	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		380.00	14.72	13.27	34.03	332.11
Итого за день		1764.00	38.00	40.44	226.89	1447.47
Среднее значение за период		1764.00	38.00	40.44	226.89	1447.47