

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Красных СН)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	26	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Обед	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,65	0,3	12,15	58,8
	ПОДЛИВ	50	0,42	1,98	3,66	35,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	47	0,06	0	48,68	196,79
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,32	0,24	6,7	34,8
	ОМЛЕТ	157	12,17	14,04	4,96	193,67
	БАТОН	36	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Красных СН)

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,88	0,16	4,47	23,2
	ОМЛЕТ	132	10,16	11,72	4,14	161,76
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91