СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
заведующий	заведующий
Э.В. Логвиненко	Э.В. Логвиненко

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

я Ясли

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы	ценноств	
День 6							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	11,02	10,61	7,53	170,52	215
	икра кабачковая	30	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Чай с молоком	150	2,25	1,88	8,85	61,11	394
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	27	1,67	4,51	9,78	82,34	б/н
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	307	14,94	17,00	26,16	313,97	
ВТОРОЙ 3	А яблоко свежее	150	0,61	0,12	19,65	82,5	399
ИТОГО ЗА	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	150	0,61	0,12	19,65	82,5	
ОБЕД	Нарезка из соленых помидор и огурцов	40	0,44	0,04	0,64	5,2	19
	Суп картофельный с бобовыми	180	3,37	2,56	12,37	86,17	81
	Рагу из овощей	150	3,29	5,21	18,59	136,25	137
	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	70	15,65	16,02	9,46	245,06	395
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	б/н
	Кисель плодово - ягодный	150	0,00	0,00	8,20	31,83	б/н
	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	10	1,58	0,20	9,66	42,72	115
ИТОГО ЗА	ОБЕД	620	25,65	24,27	65,60	582,03	
УПЛОТНЕН	Н Сырники из творога	115	15,24	9,78	30,54	271,76	231
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	81	401.3
итого за	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	265	19,59	13,53	36,84	352,76	
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1342	60,79	54,92	148,25	1331,26	
	ВЕСЬ ПЕРИОД:	1342	60,79	54,92	148,25	1331,26	
	ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1342	60,79	54,92	148,25	1331,26	