



Меню приготавливаемых блюд  
05.07.2024г

День: пятница  
Неделя: первая, 5-й день  
возрастная категория: ясли

| N<br>рецептур | Наимено<br>вание                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |         | Энергети<br>ческая | Витамины, мг   |                |        | Минеральные |       |
|---------------|-----------------------------------------|--------------|------------------|--------|---------|--------------------|----------------|----------------|--------|-------------|-------|
|               |                                         |              | Б                | Ж      | У       |                    | В <sub>1</sub> | В <sub>2</sub> | С      | Са          | Fe    |
|               | Неделя I<br>День 5<br>Завтрак           |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 27            | Каша<br>гречневая<br>молочная<br>жидкая | 150          | 4,030            | 5,880  | 6,680   | 146,000            | 0,130          | 0,010          | 1,130  | 9,200       | 1,990 |
| 51            | Кофейный<br>напиток с<br>молоком        | 160          | 4,350            | 4,110  | 17,200  | 121,000            | 0,030          | 0,130          | 1,100  | 100,000     | 0,100 |
| 59            | Хлеб<br>пшеничны<br>й                   | 20           | 1,580            | 0,200  | 9,660   | 47,000             | 0,020          | 0,006          | 0,500  | 4,000       | 0,260 |
| 63            | Масло<br>сливочное                      | 5            | 0,040            | 3,600  | 0,060   | 32,350             | 0,003          | 0,005          | 2,500  | 0,600       | 0,010 |
|               | итого за<br>завтрак                     | 335,00       | 10,000           | 13,790 | 33,600  | 346,350            | 0,183          | 0,151          | 5,230  | 113,800     | 2,360 |
|               | 2-й<br>завтрак                          |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 55            | Сок<br>фруктовый                        | 150          | 0,000            | 0,000  | 18,000  | 75,000             | 0,010          | 0,010          | 2,000  | 7,000       | 1,400 |
|               | итого за 2-<br>й завтрак                | 150          | 0,000            | 0,000  | 18,000  | 75,000             | 0,010          | 0,010          | 2,000  | 7,000       | 1,400 |
|               | обед                                    |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
| 1             | Суп<br>полевой                          | 180          | 3,200            | 5,890  | 9,840   | 105,600            | 0,040          | 0,030          | 6,700  | 18,900      | 0,500 |
| 9             | Котлеты,<br>биточки из<br>говядины      | 60           | 9,270            | 6,930  | 9,420   | 116,470            | 0,060          | 0,110          | 0,090  | 27,300      | 0,090 |
| 37            | Икра из<br>отварной<br>свеклы           | 80           | 1,940            | 5,920  | 11,440  | 104,420            | 0,020          | 0,200          | 6,300  | 35,200      | 1,400 |
| 59            | Хлеб<br>пшеничны<br>й                   | 20           | 1,580            | 0,200  | 9,660   | 47,000             | 0,020          | 0,006          | 0,500  | 4,000       | 0,260 |
| 58            | Хлеб<br>ржаной<br>(ржаное)              | 36           | 2,380            | 0,430  | 12,000  | 62,640             | 0,065          | 0,029          | 0,000  | 12,600      | 1,600 |
| 45            | Компот из<br>свежих<br>яблок            | 160          | 0,131            | 0,131  | 12,420  | 53,360             | 0,060          | 0,070          | 1,100  | 292,000     | 0,100 |
|               | итого за<br>обед                        | 536          | 18,501           | 19,501 | 64,780  | 489,490            | 0,265          | 0,445          | 14,690 | 390,000     | 3,950 |
|               | Полдник                                 |              |                  |        |         |                    |                |                |        |             |       |
|               | горошек<br>консервир                    | 65           | 0,9              | 0,5    | 1,3     | 0,02               | 0,02           | 5              | 11,5   | 7,2         |       |
| 64            | Котлеты,<br>биточки                     | 70           | 2,610            | 2,620  | 5,780   | 92,000             | 0,050          | 0,080          | 0,300  | 24,000      | 0,400 |
| 15            | Хлеб<br>пшеничны<br>й                   | 20           | 1,580            | 0,200  | 9,660   | 47,000             | 0,020          | 0,006          | 0,500  | 4,000       | 0,260 |
| 59            | печенье                                 | 22           | 1,120            | 1,770  | 11,230  | 62,560             | 0,030          | 0,020          | 0,000  | 8,700       | 0,600 |
| 49            | Чай с<br>сахаром                        | 160          | 0,000            | 0,000  | 10,000  | 20,500             | 0,000          | 0,000          | 0,000  | 0,750       | 0,060 |
|               | Итого за<br>полдник                     | 272          | 5,310            | 4,590  | 36,670  | 222,060            | 0,100          | 0,106          | 0,800  | 37,450      | 1,320 |
|               | Итого за<br>день:                       | 963,00       | 23,851           | 27,691 | 119,510 | 1198,667           | 0,378          | 0,566          | 19,990 | 435,050     | 6,680 |