

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
16.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Категория: Сад						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые			Эн.це нность ь
			Белк и	Жиры	Угле вод ы	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	158	5,69	5,3	33	200,8
	БАТОН	28	1,5	0,25	13	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,05	4,15	0,1	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	164	2,89	2,51	15	98,8
Итого за завтрак 1		353.00	10.13	12.21	60.4 7	396.6 2
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,83	0,17	7,7	40,61
Итого за завтрак 2		100.00	0.83	0.17	7.66	40.61
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	195	2,16	3,45	13	93,87
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	148	3,09	4,18	28	132,3
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	73	6,02	17,95	9,3	219,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,68	0,24	13	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	11	43
Итого за обед		726.00	13.95	29.82	79.1 3	605.3 5
Полдник	КЕФИР	192	6,03	0,2	8	62,38
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	24	96,3
Итого за полдник		222.00	6.06	0.20	31.8 6	158.6 8
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	163	12,2	11,14	30	292
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	27	1,5	0,25	13	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0	0,91
Итого за ужин 1		440.00	14.04	11.42	47.1 2	372.2 9
Итого за день		1844.0 0	45.01	53.82	226. 24	1573. 55
Среднее значение за период		1844.0 0	45.01	53.82	226. 24	1573. 55

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()