

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	3,14	3,46	15,02	99,58
Итого за завтрак 1		429.00	10.93	13.96	57.47	355.22
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ	200	4,2	5,2	6,6	118
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		741.00	22.55	29.12	76.06	693.64
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,34	37,5	183
Итого за полдник		250	8.94	2.54	45.49	244.94
Ужин 1	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	73	2,51	2,74	2,29	92,57
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	24	1,53	0,25	13,08	60,58
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		499.00	9.50	11.97	72.79	479.98
Итого за день		2121.00	52.92	57.79	271.61	1859.78
Среднее значение за период		2121.00	52.92	57.79	271.61	1859.78

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