

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		416.00	10.26	11.12	46.00	312.84
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 день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,5	0,1	1,5	8,4
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ(вегатар)	200	1,4	4,1	6,2	69,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	73	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		678.00	19.46	18.29	83.51	581.25
Полдник	КЕФИР	197	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		227.00	6.02	0.20	31.81	158.24
Ужин 1	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		463.00	8.84	7.41	65.88	388.65
Итого за день		1987.00	45.58	37.22	247.00	1526.98
Среднее значение за период		1987.00	45.58	37.22	247.00	1526.98

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