

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУШЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	17	1,15	0,19	9,87	45,68
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,39	88,97
Итого за завтрак 1		372	18,68	20,71	59,86	446,40
Завтрак 2	ГРУША	157	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		157,00	0,38	0,31	10,31	47,00
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7	36,4
	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	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		737	20,33	20,57	71,42	588,37
Полдник	КЕФИР	202	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	35	0,04	0	27,79	112,35
Итого за полдник		237,00	6,03	0,20	35,78	174,29
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	13	0,89	0,15	7,59	35,16
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		538	16,05	16,21	81,18	441,34
Итого за день		2042,00	61,47	58,00	258,55	1697,40
Среднее значение за период		2042,00	61,47	58,00	258,55	1697,40

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