

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
07.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	28	1,83	0,3	15,64	72,43
	СЫР ПОРЦИЯМИ	12	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		440.00	12.23	12.57	52.51	377.70
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	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	60	3	4,5	4,12	69
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	12,73	7,81	34,16	257,5
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,46	0,24	12,54	58,06
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		761.00	21.79	18.07	87.31	595.76
Полдник	СНЕЖОК	200	5,6	5	22	154
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		255	8.85	7.57	63.25	355.30
Ужин 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	5,56	4,85	33,71	208,94
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	3,2	3,59	2,36	89,56
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	33	2,15	0,36	18,44	85,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		511.00	13.23	11.24	79.28	517.95
Итого за день		2180.00	57.10	49.65	302.15	1932.71
Среднее значение за период		2180.00	57.10	49.65	302.15	1932.71

Исполнитель: _____
Шеф-повар: _____