

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	9.71	13.10	50.34	359.51
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 'ДЕТСКИЕ ГОДЫ'	60	0,9	6,02	2,63	68,47
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЛОВ С МЯСОМ	200	27,07	22,67	47,59	502,67
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,86	0,41	22,64	99,96
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,11	0	10,56	42,94
Итого за обед		730	35.66	33.35	102.58	859.16
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за полдник		270.00	10.08	8.62	45.31	309.61
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	140	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	2,05	0,34	17,52	81,27
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		465	21.95	20.66	66.70	530.60
Итого за день		2095.00	78.40	75.93	284.73	2144.88
Среднее значение за период		2095.00	78.40	75.93	284.73	2144.88

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