

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 20.02.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	30	1,45	0,24	12,44	57,58
	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		435.00	10.44	12.05	52.45	361.41
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	120	0,79	0,16	15,74	68,34
	ЯБЛОКО	91	0,39	0,39	9,59	45,99
Итого за завтрак 2		211.00	1.18	0.55	25.33	114.33
На весь	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,8	3,9	4	55,2
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	200	4,53	4,01	19,2	127,48
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	СУФЛЕ ИЗ КУР	70	12,4	15,97	3,01	205,36
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	0,7	0,13	5,16	24,98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		744.00	23.39	31.52	80.01	619.44
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,34	37,5	183
Итого за полдник		250.00	8.55	7.24	46.80	287.80
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	152	1869,67	760,75	2057,62	0
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	37	1,77	0,29	15,13	70,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		500.00	1875.57	770.35	2093.91	252.42
Итого за день		2145.00	1919.13	821.71	2298.50	1635.40
Среднее значение за период		2145.00	1919.13	821.71	2298.50	1635.40

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