

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

27.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		440,00	13,94	12,92	58,10	366,31
Завтрак 2	ЯБЛОКО	133	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		133,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь	Соль иодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	200	12,98	23,3	28	375,04
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,83	0,4	22,4	98,89
	БАТОН	21	1,17	0,19	9,99	46,28
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	Итого за обед	768,00	25,89	32,90	89,07	756,75
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	72	4,67	9,66	30,37	245,04
Итого за полдник		272,00	10,27	14,56	39,67	349,84
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	БАТОН	32	1,82	0,3	15,56	72,04
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		417,00	11,47	19,16	45,32	413,11
Итого за день		2033,00	61,97	79,94	241,96	1933,01
Среднее значение за период		2033,00	61,97	79,94	241,96	1933,01

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()