

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
15.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
16.04.2025					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		465.00	14.23	16.31	42.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,9
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.90
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	56	0,96	3,06	4,62
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48,8	2,73	0,39	21,67
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		713.80	12.67	15.55	61.43
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
Итого за полдник		250.00	7.13	5.15	42.00
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	146	21,87	12,95	23,45
	ПОВИДЛО	30,5	0,07	0,07	16,1
	БАТОН	34	2,04	0,34	17,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		450.50	24.84	16.66	60.99
Итого за день		2085.30	59.87	53.87	226.65

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
125,8
47,6
37,5
62,8
100,7
374.40
86,43
86.43
0
49,44
97,18
141,14
92,57
95,65
38,7
514.68
104,8
80,25
59,5
244.55
48,64
302,04
62,47
80,92
0,82
494.89
1714.95