

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
16.07.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,16	5,36	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		443.00	15.58	18.07	59.77
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	0,99	0,2	19,6
Итого за завтрак 2		198.00	0.99	0.20	19.60
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	4,1	2,3
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	199	1,82	3,73	7,27
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,2	11,1
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		664.00	14.49	28.79	47.63
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	70	5,6	2,8	33,6
Итого за полдник		270.00	11.20	7.70	42.90
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32,6	1,83	0,26	14,47
	БАТОН	36,9	2,21	0,37	18,97
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		459.50	13.26	10.81	56.13
Итого за день		2039.50	55.52	65.57	226.03

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

)

Эн.ценность
174,51
95,2
37,5
65,73
90,63
463.57
85,14
85.14
0
50,6
78,27
296,15
49
38,7
512.72
104,8
167,97
272.77
35,65
164,13
63,9
87,82
35,3
386.80
1721.00