

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
17.01.2025					
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26
	БАТОН	14	0,88	0,15	7,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87
Итого за завтрак 1		432.00	13.67	12.97	46.63
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	0,97	0,19	19,3
Итого за завтрак 2		194.00	0.97	0.19	19.30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,8	3	6,3
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	11,5	8,53	2,68
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,16	8,73
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		679.00	21.14	21.35	66.79
Полдник	МОЛОКО	195	5,6	4,9	9,3
	ПРЯНИКИ	36	2,2	1,74	27,93
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
	БАТОН	24	1,52	0,25	12,99
Итого за полдник		280.00	9.35	6.89	70.07
Ужин 1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	ОТВАРНОЙ КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	152	2,13	6,13	10,34
	БАТОН	40	2,47	0,41	21,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,59	0,23	12,51
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04
Итого за ужин 1		459.00	11.39	11.16	44.35
Итого за день		2049.00	56.52	52.56	247.14

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
165,63
34,71
65,73
98,8
364.87
83,84
83.84
0
56,5
97,52
113,74
133,56
38,52
38,7
478.54
104,8
136,3
80,25
60,13
381.48
62,8
115
98
55,71
0,91
332.42
1641.15