

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_()  
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                                            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|
|                       |                                                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |
| 21.07.2025            |                                                               |           |                  |       |          |
| Завтрак 1             | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ                                  | 160       | 4,53             | 4,22  | 26,05    |
|                       | БАТОН                                                         | 35        | 2,1              | 0,35  | 17,99    |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                              | 200       | 3,2              | 2,7   | 15,7     |
| Итого за завтрак 1    |                                                               | 400.00    | 9.88             | 11.42 | 59.79    |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО                                                        | 116       | 0,46             | 0,46  | 11,37    |
| Итого за завтрак 2    |                                                               | 116.00    | 0.46             | 0.46  | 11.37    |
| На весь день          | Соль йодированная                                             | 5         | 0                | 0     | 0        |
| Итого за на весь день |                                                               | 5.00      |                  |       |          |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60        | 0,98             | 4,01  | 4,01     |
|                       | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ                                      | 197       | 2,16             | 3,44  | 13,44    |
|                       | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                | 150       | 2,27             | 3,35  | 10,73    |
|                       | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)                               | 80        | 7,13             | 27,85 | 1,09     |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                   | 50,5      | 2,83             | 0,4   | 22,42    |
|                       | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                               | 180       | 0,18             | 0,09  | 13,96    |
| Итого за обед         |                                                               | 717.50    | 15.55            | 39.14 | 65.65    |
| 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                | МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА                                           | 199       | 7,23             | 11,21 | 47,55    |
|                       | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ                                      | 50        | 0,2              | 0     | 4,6      |
|                       | БАТОН                                                         | 19,2      | 1,15             | 0,19  | 9,87     |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                                | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     |
| Итого за ужин 1       |                                                               | 448.20    | 8.69             | 11.43 | 62.06    |
| Итого за день         |                                                               | 1936.70   | 41.71            | 67.60 | 240.87   |

Исполнитель: \_\_\_\_\_()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_()

)

|             |
|-------------|
| Эн.ценность |
|             |
| 159,98      |
| 83,3        |
| 37,5        |
| 100,7       |
| 381.48      |
| 54,52       |
| 54.52       |
| 0           |
|             |
| 50,96       |
|             |
| 93,6        |
| 91,5        |
| 319,02      |
| 98,98       |
| 57,15       |
| 711.21      |
| 104,8       |
| 80,25       |
| 59,5        |
| 244.55      |
| 323,67      |
| 19,9        |
| 45,7        |
| 0,82        |
| 390.09      |
| 1781.85     |