

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
22.07.2025					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22
	БАТОН	22,7	1,36	0,23	11,67
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38
Итого за завтрак 1		420.70	12.62	13.74	47.05
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197,4	0,99	0,2	19,54
Итого за завтрак 2		197.40	0.99	0.20	19.54
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	5,56	4,85	33,71
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45,9	2,57	0,37	20,38
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		715.90	18.84	19.49	72.84
Полдник	СНЕЖОК	198	5,54	4,95	21,78
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
Итого за полдник		253.00	8.80	6.78	58.31
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		450.00	9.27	8.42	46.62
Итого за день		2042.00	50.52	48.63	244.36

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
159
54,03
65,73
88,92
367.68
84,88
84.88
0
36,4
55,2
208,94
136
89,96
38,7
565.20
152,46
128,1
47,6
328.16
127,33
102,35
95,2
36,78
361.66
1707.58