

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
27.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
29.05.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4,96	6	21,74
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		458.00	13.15	11.39	58.20
Завтрак 2	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51
Итого за завтрак 2		200.00	0.20	0.10	15.51
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	48	0,9	0,06	5,28
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,86	0,41	22,64
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78
Итого за обед		729.00	20.69	21.17	66.73
Полдник	ЙОГУРТ	199	5,77	4,97	21,89
	ПРЯНИКИ	49	2,89	2,29	36,75
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7
Итого за полдник		298.00	8.71	7.26	98.34
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	56	0,8	4	3,4
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	174	7,52	9,21	34,2
	БАТОН	41	2,46	0,41	21,07
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17
Итого за ужин 1		471.00	10.82	13.62	68.84
Итого за день		2161.00	53.57	53.54	307.62

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

)

Эн.ценность
161,81
95,2
31,5
100,7
389.21
63,5
63.50
0
25,2
93,6
96,58
190,25
99,96
43
548.59
155,22
179,34
160,5
495.06
57
250,62
97,58
40,87
446.07
1942.43