

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
29.07.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74
	БАТОН	19	1,19	0,2	10,17
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52
Итого за завтрак 1		404.00	9.03	13.46	45.48
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76
Итого за завтрак 2		120.00	0.48	0.48	11.76
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53,8	3,01	0,43	23,89
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96
Итого за обед		723.80	24.29	22.29	100.86
Полдник	КЕФИР	202	6,05	0,2	8,07
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
	БАТОН	22	1,38	0,23	11,78
Итого за полдник		249.00	7.46	0.43	39.70
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65
	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	79	14,75	6,25	5,58
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	190	0,04	0	9,66
Итого за ужин 1		448.00	19.65	10.71	58.23
Итого за день		1949.80	60.91	47.37	256.03

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
161,81
47,1
37,5
89,62
336.03
56,4
56.40
0
59,7
112,8
204,35
163
105,45
57,15
702.45
62,56
80,25
54,54
197.35
136,8
138,14
71,05
38,82
384.81
1677.04