

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
30.05.2025					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	187	4,5	5,9	22
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	196	0,2	0,1	15,51
Итого за завтрак 1		427.00	7.15	10.55	58.12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	165	0,66	0,66	16,17
Итого за завтрак 2		165.00	0.66	0.66	16.17
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	74	0,5	3	1,5
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	192	6,8	8,4	8,5
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	220	10,21	24,13	6,17
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49,5	2,77	0,4	21,98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	176	0	0	9,7
Итого за обед		711.50	20.28	35.93	47.85
Полдник	ЙОГУРТ	176	5,08	4,38	19,26
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	57	4,63	9,57	30,11
Итого за полдник		233.00	9.71	13.95	49.37
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	68	1,6	3	3,79
	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	56	1,73	3,71	4,82
	ОМЛЕТ	138	8,69	10,2	5,17
	БАТОН	40,2	2,41	0,4	20,66
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04
Итого за ужин 1		502.20	14.56	17.34	34.48
Итого за день		2043.70	52.36	78.43	205.99

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

)

Эн.ценность
159
95,2
37,5
63,5
355.20
77,55
77.55
0
37
147,5
286,21
97,02
38,7
606.43
136,6
243
379.60
49
59,58
165,33
95,68
1,01
370.60
1789.38