

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
30.07.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03
	БАТОН	36	2,16	0,36	18,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,16	5,36	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		439.00	15.34	18.03	57.71
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198,9	0,99	0,2	19,69
Итого за завтрак 2		198.90	0.99	0.20	19.69
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	4,1	2,3
	УХА С КРУПКОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17,1	0,96	0,14	7,59
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		657.10	19.99	28.84	47.33
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	70	5,6	2,8	33,6
Итого за полдник		270.00	11.20	7.70	42.90
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,2	11,1
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		455.00	13.02	10.78	54.35
Итого за день		2025.00	60.54	65.55	221.98

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
174,51
85,68
37,5
65,73
90,63
454.05
85,53
85.53
0
50,6
111,2
296,15
33,52
38,7
530.17
104,8
167,97
272.77
35,65
164,13
49
95,2
35,3
379.28
1721.80