

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
31.07.2025					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	26,3	1,74	2,08	14,29
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за завтрак 1		400.30	17.18	18.41	55.19
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,53	1,87	3,47
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,2	2,86	0,41	20,68
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64
Итого за обед		771.20	32.40	30.64	95.24
Полдник	КЕФИР	200,3	6	0,2	8
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
Итого за полдник		250.30	7.53	0.45	40.70
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17
	БАТОН	15,3	0,92	0,15	7,85
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		455.30	12.03	24.34	28.10
Итого за день		2002.10	69.62	74.32	230.99

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
253,88
17,86
95,2
37,5
0,82
405.26
56,4
56.40
0
8,4
147,5
126,4
228,56
33,45
100,35
58,98
703.64
62,03
80,25
59,5
201.78
25,2
286,21
36,41
35,3
383.12
1750.20