

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
03.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
04.07.2025					
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		438.00	14.29	13.22	50.24
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200,8	1	0,2	19,88
Итого за завтрак 2		200.80	1.00	0.20	19.88
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ `ЛЕТНИЙ`	61	0,9	2,88	2,52
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	182	2,24	3,36	5,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	79	13,14	9,75	3,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		682.00	22.18	21.84	64.70
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71
Итого за полдник		251.00	8.56	6.68	43.26
Ужин 1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	ОТВАРНОЙ КАРТОФЕЛЬ С ОВОЩАМИ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	148	2,13	6,13	10,34
	БАТОН	43	2,58	0,43	22,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21,4	1,2	0,17	9,42
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04
Итого за ужин 1		452.40	11.11	11.12	42.20
Итого за день		2029.20	57.14	53.06	220.28

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

)

Эн.ценность
165,63
47,6
65,73
100,7
379.66
86,34
86.34
0
36,24
61,6
113,74
152,64
58,8
38,7
461.72
104,8
128,1
35,7
268.60
62,8
115
102,34
41,94
0,91
322.99
1519.31