

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 04.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
05.03.2025					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		465.00	14.23	16.31	42.33
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	56	3,18	10,23	9,34
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,1	2,81	0,4	22,24
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		716.10	29.93	34.35	71.78
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
Итого за полдник		250.00	7.13	5.15	42.00
Ужин 1	САЛАТ `СВЕКОЛКА`	60	6,74	8,49	12,75
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25
	ПОВИДЛО	32	0,07	0,07	16,9
	БАТОН	35,9	2,15	0,36	18,45
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		457.90	21.95	20.70	68.39
Итого за день		2024.00	73.76	77.03	237.24

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
125,8
47,6
37,5
62,8
100,7
374.40
61,1
61.10
0
141,92
97,18
141,14
228,56
98,2
38,7
745.70
104,8
80,25
59,5
244.55
154,69
253,88
65,55
85,44
0,82
560.38
1986.13