

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
07.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
08.07.2025					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22
	БАТОН	39,6	2,38	0,4	20,35
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78
Итого за завтрак 1		457.60	11.03	11.66	52.13
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	185,8	0,93	0,19	18,39
Итого за завтрак 2		185.80	0.93	0.19	18.39
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	5,56	4,85	33,71
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47,8	2,68	0,38	21,22
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1
Итого за обед		717.80	20.24	20.36	84.80
Полдник	КЕФИР	196	5,87	0,2	7,83
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82
Итого за полдник		266.00	10.46	8.82	46.65
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		450.00	9.27	8.42	46.62
Итого за день		2082.20	51.93	49.45	248.59

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

)

Эн.ценность
159
94,25
65,73
39,21
358.19
79,89
79.89
0
36,4
97,52
208,94
136
93,69
66,69
639.24
60,7
250,49
311.19
127,33
102,35
95,2
36,78
361.66
1750.17