УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____(Иутина Елена Владимировна)

18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	203	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		460.00	11.64	14.57	63.80	432.75
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		750.00	21.35	36.92	89.11	702.29
Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99	61,94
	ГРЕНКА МОЛОЧНАЯ	60	6,09	8,03	19,8	131,26
Итого за полдник		261.00	12.08	8.23	27.79	193.20
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	65	1,72	4,42	6,09	71,34
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	43	0,48	1,75	1,83	30,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		398.00	20.32	22.11	41.50	448.95
Итого за день		1972.00	65.79	82.23	232.00	1824.19

Исполнитель: Кладовщик_____(Норина Оксана Федоровна)

Шеф-повар:_____(Шихалеева Марина Сергеевна)