УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____(Иугина Елена Владимировна)

21.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	197	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		450.00	11.12	12.65	67.01	426.16
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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	79	12,69	28,49	9,01	332,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		719.00	23.18	41.10	82.14	763.02
Полдник	МОЛОКО	196	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	35	2,07	1,64	26,25	128,1
Итого за полдник		231.00	7.67	6.54	35.55	232.90
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ	144	3,9	5,4	33	209,89
	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	0,48	1,76	1,84	30,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		454.00	6.98	11.49	55.77	373.91
Итого за день		1957.00	49.35	72.18	250.27	1842.99

Исполнитель: Кладовщик_____(Норина Оксана Федоровна)

Шеф-повар:_____(Шихалеева Марина Сергеевна)