УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Иутина Елена Владимировна)

28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	201	8,96	11,04	39,04	292,8
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (40 гр)	20	2,54	2,18	0,15	31,4
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		476.00	17.75	20.57	80.64	581.40
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		720.00	16.26	39.85	78.38	743.97
Полдник	КЕФИР	202	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		232.00	7.76	1.60	30.49	171.74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	149	11,15	15,1	33,33	327,79
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		419.00	13.75	19.43	54.29	461.01
Итого за день		1950.00	55.92	81.85	253.60	2005.12

Исполнитель: Кладовщик_____(Норина Оксана Федоровна)

Шеф-повар:_____(Шихалеева Марина Сергеевна)