УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Иутина Елена Владимировна)

29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		443.00	10.50	10.27	56.50	360.77
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	187	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		187.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		720.00	18.73	21.85	90.19	559.82
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		270.00	9.35	6.31	62.82	305.51
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		500.00	9.17	8.42	43.02	346.26
Итого за день		2123.00	48.75	47.05	272.33	1658.36

Исполнитель: Кладовщик_____(Норина Оксана Федоровна)

Шеф-повар:_____(Шихалеева Марина Сергеевна)