

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
30.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	201	4,96	6	21,74	161,81
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	201	2,9	2,5	14,87	98,8
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
Итого за завтрак 1		447.00	10.31	13.05	57.22	393.31
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.60	0.60	14.70	70.50
На весь день	Соль йодированная	0	0	0	0	0
Итого за на весь день						
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	61	0,72	3,1	5,65	53,47
	УХА РЫБАЦКАЯ	198	7,92	3,92	10,8	113,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	149	3,59	4,57	37,37	204,56
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	178	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		716.00	26.60	21.68	95.88	689.78
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
Итого за полдник		200.00	5.80	5.00	22.00	156.00
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,32	0	0,65	5,33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	138	2,96	3,66	13,29	118,73
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	178	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	39	2,41	0,4	20,64	95,55
Итого за ужин 1		469.00	9.39	8.16	46.43	358.74
Итого за день		1982.00	52.70	48.49	236.23	1668.33

Исполнитель: _____ (Трушкова Л.В.)
Шеф-повар: _____ (Перевалова Е.Г.)