

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	201	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	41	2,46	0,41	21,07	97,58
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		448.00	11.10	14.48	59.17	411.33
Завтрак 2	ЯБЛОКО	149	0,6	0,6	14,75	70,74
Итого за завтрак 2		149.00	0.60	0.60	14.75	70.74
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	57	0,8	4	3,4	57
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	79	5,83	17,37	9,03	212,46
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,78	0,4	22,06	97,39
Итого за обед		736.00	16.33	30.23	72.40	654.86
Полдник	МОЛОКО	208	5,74	5,02	9,53	107,38
	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	69	6,65	5,47	34,06	220,35
Итого за полдник		277.00	12.39	10.49	43.59	327.73
Ужин 1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	58	0,72	3,1	5,65	53,47
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	32	1,99	2,37	16,3	20,37
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1		453.00	17.80	17.60	60.23	411.84
Итого за день		2068.00	58.22	73.40	250.14	1876.50

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