

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4,96	6	21,74	161,81
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	КАКАО НА МОЛОКЕ	199	3,15	3,46	15,03	99,63
Итого за завтрак 1		442.00	10.56	14.01	57.38	394.14
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	177	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		177.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	199	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	139	3,35	4,27	34,86	190,83
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,78	0,4	22,05	97,32
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	199	0,2	0,1	15,52	63,54
Итого за обед		725.00	24.86	25.78	96.56	720.28
Полдник	ЙОГУРТ	214	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		244.00	5.83	5.00	45.82	252.30
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,7	102,35
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
Итого за ужин 1		506.00	10.16	12.42	50.66	419.75
Итого за день		2097.00	52.31	57.39	268.23	1863.87

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