

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	198	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	43	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		484.00	18.99	20.77	75.96	569.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	181	0,9	0,18	17,74	77,06
Итого за завтрак 2		181.00	0.90	0.18	17.74	77.06
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	1	4	4,9	59,7
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	198	3,27	3,97	6,24	81,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	74	6,68	26,09	1,02	298,83
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	199	0	0	10,78	43,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,84	0,41	22,51	99,35
Итого за обед		726.00	16.96	38.39	59.70	709.50
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	38	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		237.00	7.20	5.50	32.40	208.70
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	59	0,59	0,05	8,76	35,65
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	187	6,44	20,7	10,8	274
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1		461.00	9.24	21.13	37.59	393.77
Итого за день		2092.00	53.29	85.97	223.39	1958.71

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