

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
22.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	201	4,7	4,9	16	125,8
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		457.00	12.66	15.13	52.31	395.72
Завтрак 2	ГРУША	149	0,57	0,47	15,52	70,74
Итого за завтрак 2		149.00	0.57	0.47	15.52	70.74
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ДЕТСКИЕ ГОДЫ`	58	0,9	6,02	2,63	68,47
	СУП `ЛЕТНИЙ` ОВОЩНОЙ	201	3,6	4,24	8,88	88
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ	79	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	48	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	199	0,2	0	14,3	59,5
Итого за обед		787.00	13.55	23.22	70.04	613.41
Полдник	КЕФИР	203	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		233.00	6.02	0.20	31.81	158.24
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	57	0,69	4	5,5	61
	ОМЛЕТ	147	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		424.00	11.83	14.56	31.23	321.15
Итого за день		2053.00	44.63	53.58	200.91	1559.26

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