

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
24.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.07.2025						
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
	КАКАО НА МОЛОКЕ	201	3,14	3,46	15,02	99,58
Итого за завтрак 1		448.00	11.04	15.24	58.49	410.21
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	КОМПОТ ИЗ ГРУШИ	199	0,16	0,16	15,89	60
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
Итого за обед		739.00	16.53	30.29	74.56	655.30
Полдник	МОЛОКО	203	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	69	6,65	5,47	34,06	220,35
Итого за полдник		272.00	12.25	10.37	43.36	325.15
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,5	0,1	1,5	8,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	33	1,99	2,37	16,3	20,37
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	41	2,39	0,4	20,49	94,87
Итого за ужин 1		447.00	17.87	14.65	58.58	378.34
Итого за день		2061.00	58.29	71.15	249.69	1839.50

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