

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
27.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	198	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	197	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		445.00	12.36	15.08	49.74	383.82
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	92	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		92.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	49	2,49	3,74	3,42	57,31
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	197	1,82	3,73	7,27	78,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	128	2,74	3,39	12,32	110,12
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	73	5,27	19,47	6,09	213,04
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	179	0,1	0	9,5	38,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,82	0,4	22,36	98,7
Итого за обед		673.00	15.24	30.73	60.96	596.09
Полдник	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	18	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		214.00	6.02	0.20	31.81	158.24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,7	3,05	10,38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	28	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		446.00	16.15	16.50	50.03	424.10
Итого за день		1873.00	50.66	62.71	200.64	1605.25

Исполнитель: _____ (Трушкова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Перевалова Е.Г.)