

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
25.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		445.00	10.52	12.55	61.87	402.36
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	54	0,5	3,1	1,7	36,4
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	148	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	199	0	0	10,78	43,02
Итого за обед		730.00	14.88	31.81	68.56	615.75
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА `ТВОРОЖНАЯ`	69	6,65	5,47	34,06	220,35
Итого за полдник		271.00	12.25	10.37	43.36	325.15
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	58	0,7	3	5,7	53,1
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	149	21,87	12,95	23,45	302,04
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	37	2,22	0,37	18,98	88,06
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		473.00	26.89	22.84	64.96	564.41
Итого за день		2119.00	65.54	77.77	258.55	1993.67

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