

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
 28.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	201	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	34	2,13	0,35	18,2	84,29
	СЫР ПОРЦИЯМИ	9	2,25	2,9	0	35,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		443.00	13.67	11.68	58.93	395.10
Завтрак 2	МАНДАРИН	119	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		119.00	0.56	0.14	15.20	64.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	59	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	199	5,12	3,6	14,88	112,8
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ	201	1,35	13,39	17,37	348
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	179	0,09	0	11,79	49,95
Итого за обед		688.00	10.05	20.46	69.40	646.77
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	41	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		242.00	7.20	5.50	32.40	208.70
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	57	1	4	4,9	59,7
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	264,13
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
Итого за ужин 1		415.00	11.53	14.46	25.41	395.70
Итого за день		1912.00	43.01	52.24	201.34	1710.27

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