

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	199	4,96	6	21,74	161,81
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	39	2,44	0,41	20,88	96,69
	КАКАО НА МОЛОКЕ	197	3,15	3,46	15,05	99,75
Итого за завтрак 1		440.00	10.60	14.02	57.72	395.75
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		193.00	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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	58	0,72	3,1	5,65	53,47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	198	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	139	3,35	4,27	34,86	190,83
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	62	9,95	8,38	5,15	142,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,76	0,39	21,91	96,74
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	179	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		687.00	22.08	19.83	96.41	653.33
Полдник	СНЕЖОК	197	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	32	0,03	0	25,41	102,72
Итого за полдник		229.00	5.63	5.00	47.41	256.72
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	62	0,74	4,54	3,73	61
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,7	102,35
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	39	2,41	0,4	20,64	95,55
Итого за ужин 1		506.00	10.02	12.96	50.47	423.01
Итого за день		2058.00	49.33	52.01	271.81	1814.81

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