

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Люкина Е.А.)  
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	198	6,4	6,4	31	207
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	39	2,44	0,41	20,88	96,69
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		442.00	12.09	13.66	67.63	441.89
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	59	0,74	4,54	3,73	61
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	198	3,67	3,27	6,24	85,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	198	10,57	20,76	17,26	296,15
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	179	0,2	0,2	13,89	66,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,13	0,45	24,8	109,49
Итого за обед		688.00	18.31	29.22	65.92	618.74
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	68	6,89	9,91	31,97	254,13
Итого за полдник		487.00	18.10	19.82	63.30	513.17
Ужин 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	137	5,18	4,52	31,42	194,73
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	199	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		480.00	21.97	12.18	67.02	466.09
Итого за день		2202.00	70.87	75.28	273.67	2086.89

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Трушкова Л.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Перевалова Е.Г.)