

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Люкина Е.А.)
 17.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.04.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	188	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	36	2,25	0,38	19,27	89,25
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	190	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		419.00	10.59	14.25	56.54	401.10
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74	61.10
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	62	0,8	4	3,4	57
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	191	1,82	3,73	7,27	78,27
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	132	2,13	3,14	10,05	85,66
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	73	5,46	16,26	8,45	198,84
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	178	0,18	0	12,87	53,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,82	0,4	22,36	98,7
Итого за обед		683.00	13.21	27.53	64.40	572.02
Полдник	МОЛОКО	137	4,19	3,67	6,96	78,46
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	69	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за полдник		206.00	8.67	7.39	42.97	283.27
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,69	4	5,5	61
	ОМЛЕТ	138	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,23	0,37	19,08	88,35
	ЧАЙ С САХАРОМ	178	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		410.00	11.55	14.50	38.51	348.78
Итого за день		1851.00	44.54	64.19	215.16	1666.27

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