УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Рычкова С.Г.)

07.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	37	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		442.00	13.01	16.26	67.95	471.18
Завтрак 2	ЯБЛОКО	112	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		112.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4	41,79
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	78	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,88	0,41	22,83	100,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		733.00	16.39	38.95	79.29	742.68
Полдник	ЙОГУРТ	223	5,8	5	22	156
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		273.00	9.00	7.66	47.72	302.29
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	154	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕНОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	51	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		474.00	17.67	14.55	63.34	394.02
Итого за день		2037.00	56.47	77.82	268.10	1957.17
Среднее значение за период		2037.00	56.47	77.82	268.10	1957.17

Шеф-повар:_____(Вотинцева Е.В.)