

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Рычкова С.Г.)

13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	206	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	203	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		454.00	10.61	13.25	58.05	395.21
Завтрак 2	ЯБЛОКО	101	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	192	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		293.00	1.30	0.58	27.61	124.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	69	1,07	3,16	7,55	63,06
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	213	3,55	4,44	8,15	97,18
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	81	17,47	14,36	7,35	228,56
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	48	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,11	0	10,56	42,94
Итого за обед		806.00	29.78	32.11	97.75	709.44
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	69	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		273.00	10.58	8.82	46.81	312.43
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	212	6,52	10,11	42,9	291,99
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		481.00	11.03	12.91	79.80	408.47
Итого за день		2310.00	63.30	67.67	310.02	1949.95
Среднее значение за период		2310.00	63.30	67.67	310.02	1949.95

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____ (Вотинцева Е.В.)