

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Рычкова С.Г.)
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		437.00	11.14	12.73	57.94	394.11
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	205	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		205.00	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 ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7	36,4
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за обед		749.00	27.96	25.83	65.58	644.11
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	41	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	19	1,18	0,2	10,1	46,78
Итого за полдник		259.00	6.81	5.10	43.22	247.88
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	66	3,18	10,23	9,34	141,92
	ОМЛЕТ	159	9,21	10,81	5,47	175,15
	БАТОН	39	2,42	0,4	20,74	96,02
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		464.00	14.94	21.47	35.59	414.10
Итого за день		2117.00	61.85	65.33	222.13	1786.20
Среднее значение за период		2117.00	61.85	65.33	222.13	1786.20

Шеф-повар: _____ (Вотинцева Е.В.)