

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

29.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево ды	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	217	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	8	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	210	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		455.00	10.14	14.32	50.95	373.25
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 МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	65	0,75	3,27	3,92	48,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	187	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	75	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	66	5,63	20,8	6,51	227,63
	ПОДЛИВ	29	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		632.00	15.08	33.51	65.08	646.83
Полдник	МОЛОКО	219	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		249.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	57	0,89	3,09	4,09	49,79
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	191	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		485.00	12.19	12.89	78.40	477.81
Итого за день		1926.00	43.44	66.02	237.35	1745.99

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()