

			УТВЕРЖДАЮ			
			Заведующий _____()			
			09.06.2025			
Меню приготавливаемых блюд						
Категория: Сад						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно- сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.06.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
Итого за завтрак 1		433.00	12.39	13.31	46.46	341.53
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	59	3	4,5	4,12	69
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	80	6	7,6	2,47	164,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		722.00	20.27	22.27	84.34	609.61
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		193.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,75	2,5	3,25	39,92
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		484.00	12.74	8.26	43.87	340.23
Исполнитель: _____()						
Шеф-повар: _____()						