

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 20.05.2024 САД | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ | 200 | 5,74 | 4,96 | 24,26 | 165,63 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) | 40 | 5,08 | 4,36 | 0,3 | 62,8 |
| | БАТОН | 25 | 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 | | 470.00 | 15.57 | 16.42 | 53.16 | 426.13 |
| Завтрак 2 | АПЕЛЬСИН | 92 | 0,89 | 0,2 | 8,1 | 43 |
| Итого за завтрак 2 | | 92.00 | 0.89 | 0.20 | 8.10 | 43.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60 | 0,9 | 3 | 3,9 | 47,9 |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 200 | 2,16 | 3,44 | 13,44 | 93,6 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,17 | 3,92 | 14,25 | 127,33 |
| | БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ | 70 | 8,7 | 12,13 | 0,96 | 193,46 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 46 | 2,76 | 0,39 | 21,88 | 96,6 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 706.00 | 17.69 | 22.88 | 64.13 | 597.59 |
| Полдник | МОЛОКО | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,2 | 2,66 | 25,72 | 146,29 |
| Итого за полдник | | 250.00 | 8.80 | 7.56 | 35.02 | 251.09 |
| Ужин 1 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 145 | 26,15 | 12,56 | 25,97 | 323,41 |
| | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 1 | 3,12 | 3,32 | 45,08 |
| | БАТОН | 50 | 3 | 0,5 | 25,7 | 119 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,12 | 0,03 | 0,04 | 0,91 |
| Итого за ужин 1 | | 445.00 | 30.27 | 16.21 | 55.03 | 488.40 |
| Итого за день | | 1968.00 | 73.22 | 63.27 | 215.44 | 1806.21 |
| | | | | | | |

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()