

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Прозорова Евгения  
Васильевна)

15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 16.05.2025            |                                                                          |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ                                               | 200       | 5,39             | 7,22  | 22,35    | 175,55      |
|                       | БАТОН                                                                    | 22        | 1,38             | 0,23  | 11,78    | 54,54       |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                           | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕИНЫЙ НАПИТОК                                                         | 200       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
| Итого за завтрак 1    |                                                                          | 427.00    | 10.02            | 14.30 | 49.88    | 368.29      |
| 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 ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С<br>ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60        | 1                | 5,07  | 3,03     | 57          |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ                                                         | 184       | 6,26             | 7,73  | 7,82     | 135,7       |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                        | 150       | 3,17             | 3,92  | 14,25    | 127,33      |
|                       | ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ<br>РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)                               | 80        | 15,57            | 34,72 | 7,57     | 391,55      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                              | 30        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                              | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7        |
| Итого за обед         |                                                                          | 684.00    | 27.68            | 51.68 | 55.69    | 809.08      |
| Полдник               | МОЛОКО                                                                   | 196       | 5,49             | 4,8   | 9,11     | 102,7       |
|                       | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА "                                                      | 70        | 5,04             | 4,2   | 38,08    | 212,8       |
| Итого за полдник      |                                                                          | 266.00    | 10.53            | 9.00  | 47.19    | 315.50      |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                          | 60        | 3,18             | 10,23 | 9,34     | 141,92      |
|                       | ОМЛЕТ                                                                    | 150       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,13      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                              | 27        | 1,51             | 0,22  | 11,99    | 52,92       |
|                       | БАТОН                                                                    | 35        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                                            | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3        |
| Итого за ужин 1       |                                                                          | 452.00    | 15.42            | 20.93 | 53.25    | 477.57      |
| Итого за день         |                                                                          | 1932.00   | 64.05            | 96.31 | 215.81   | 2017.44     |

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: \_\_\_\_\_ (Кобелева Светлана Владимировна)