

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
28.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	КАША "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (диета) 10,11 гр.	180	2,77	5,54	23,4	155,08
	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
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 10,11,12 гр.	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		790.00	13.72	18.40	77.07	528.11
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета) 10,11,12 гр.	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за на весь день		15.00	0.79	0.14	8.19	37.20
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		695.00	22.51	29.19	68.11	623.25
Полдник	МОЛОКО	196	5,52	4,83	9,16	103,22
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 10 гр.	180	0	0	8,8	35,3
	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	58	5,67	4,67	29,05	187,95
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 10,11,12 гр.	45	0,04	0	35,73	144,45
Итого за полдник		479.00	11.23	9.50	82.74	470.92
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ (диета) 10,11 гр.	200	27,07	22,67	47,59	502,67
Итого за ужин 1		625.00	38.96	43.10	78.46	875.24
Итого за день		2804.00	88.21	100.53	334.37	2620.72

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)