

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Самылова Марина  
Ивановна)  
30.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	<b>КАША "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (диета) 10,11 гр.</b>	180	2,77	5,54	23,4	155,08
	БАТОН	22	1,32	0,22	11,31	52,36
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	<b>ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 10,11,12 гр.</b>	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		787.00	13.19	17.60	74.76	512.09
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
	<b>ХЛЕБЦЫ (диета) 10,11,12 гр.</b>	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 С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СВЕКОЛЬНИК С КУРИЦЕЙ, ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	199	5,03	7,37	11,13	145,19
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		709.00	30.05	31.75	87.74	692.28
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 10 гр.</b>	180	0	0	8,8	35,3
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	<b>ПЕЧЕНЬЕ (диета) 10,11 гр.</b>	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		439.00	7.40	6.30	64.42	346.20
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	51	1,46	3,76	5,18	60,64
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08	40,96
	БАТОН	29,4	1,76	0,29	15,11	69,97
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		520.40	23.55	25.92	68.92	598.94
Итого за день		2670.40	75.98	81.91	323.83	2272.71

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

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