

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 2,8,9,10,12 гр.	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		610.00	9.55	12.40	62.67	403.70
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	МАНДАРИН (диета) 2 гр.	100	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		400.00	1.96	0.74	44.80	197.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета) 8,12 гр.	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за на весь день		13.00	0.79	0.14	8.19	37.20
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (диета) 8,11 гр.	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	МЯСО ОТВАРНОЕ (диета) 8,11 гр.	80	6,34	11,25	0	146,56
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		1000.00	28.84	35.81	91.05	838.51
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 10 гр.	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПРЯНИКИ	28	1,65	1,31	21	102,48
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		427.00	8.95	1.74	39.31	212.84
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		455.00	10.56	9.62	66.62	395.90
Итого за день		2905.00	60.65	60.45	312.64	2085.15

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)