

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Самылова Марина
 Ивановна)
 06.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	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 С САХАРОМ (диета) 2,8 гр.	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		610.00	10.14	14.32	59.75	408.55
Завтрак 2	ЯБЛОКО (диета) 7,8,9,12 гр.	63	0,25	0,25	6,17	29,61
	МАНДАРИН	100	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		163.00	0.81	0.39	21.37	93.61
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	1	5,07	3,03	57
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6,8	8,4	8,5	147,5
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (диета) 8,11 гр.	200	2,3	2,69	9,98	73,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	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		898.00	20.78	37.69	67.81
Полдник	МОЛОКО	199	5,57	4,88	9,25	104,28
	БАТОН	35,7	2,14	0,36	18,35	84,97
	ХЛЕБЦЫ (диета) 8,12 гр.	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		254.70	9.29	5.52	43.98	263.65
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	22	1,23	0,18	9,77	43,12
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЛОВ С МЯСОМ (диета) 2,8,11 гр.	200	27,07	22,67	47,59	502,67
Итого за ужин 1		647.00	42.21	43.56	98.62	970.44
Итого за день		2575.70	83.23	101.48	291.53	2451.64

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)
 Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)