

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Е. С. Коновалова)

03.07.2025

№166

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	3,14	3,46	15,02	99,58
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	200	4,79	6,09	49,77	272,47
Итого за завтрак 1		860.00	17.59	19.33	136.30	785.49
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ГРУША А	100	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.38	0.51	30.11	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	Итого за обед	750.00	17.94	32.57	90.25	660.62
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ А	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		430.00	5.63	4.90	42.90	240.31
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,94	10,16	27,48	301,11
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		475.00	28.04	13.54	56.61	461.03
Итого за день		2820.00	70.58	70.85	356.17	2280.45

Исполнитель: _____

Шеф-повар: _____

(Е.С.Коновалова)

03.07.2025

Категория: Ясли

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()