



Заведующий

УТВЕРЖДАЮ
(Е.А. Мартынова)

24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	45	2,7	0,45	23,13	107,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ А	13	3	3,87	0	47,47
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ А	150	4,22	5,61	30,5	113,74
Итого за завтрак 1		863.00	25.32	26.46	119.05	742.01
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		380.00	1.00	0.20	28.60	121.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ОСЕННИЙ`	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
Итого за обед		720.00	13.77	13.25	67.35	496.63
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		410.00	7.37	6.30	40.60	249.90
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	ПОВИДЛО	30	0,1	0,1	21,6	83,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ А	150	5,56	4,85	33,71	208,94
Итого за ужин 1		545.00	34.02	17.89	99.31	700.27
Итого за день		2921.00	81.48	64.10	354.91	2310.11
Среднее значение за период		2921.00	81.48	64.10	354.91	2310.11

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Шеф-повар: _____

Исполнитель: _____