



Заведующий _____ УТВЕРЖДАЮ
(Е.А. Мартынова)
26.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	207	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	47	2,71	0,45	23,23	107,56
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	205	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		824.00	17.30	19.50	132.09	772.55
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		378.00	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	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	59	1,1	5,3	4,6	71,4
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	33	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		752.00	27.20	51.68	98.38	961.49
Полдник	МОЛОКО	212	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		412.00	5.62	4.90	33.98	204.30
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	38	1,32	0,24	6,7	34,8
	ОМЛЕТ	158	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ А	150	2,92	4,92	15	141,14

Шеф-повар: _____

Исполнитель: _____