

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Кокарев)
 31.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
01.04.2025					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	201	4,5	5,9	22
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за завтрак 1		421.00	9.00	10.02	43.65
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
	АПЕЛЬСИН аллергику	160	1,42	0,32	12,96
Итого за завтрак 2		360.00	2.42	0.52	32.76
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0
Итого за на весь день		2.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	66	0,31	2,97	4,67
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	202	3,27	3,97	6,24
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96
Итого за обед		747.00	19.33	21.01	98.47
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01
Итого за полдник		272.00	10.08	8.62	45.31
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		501.00	11.37	19.86	43.60
Итого за день		2303.00	52.20	60.03	263.79

Исполнитель: _____ (Мокерова Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Кашина Т.А.)

за Л.В.)

Эн.ценность
159
59,5
47,47
35,3
301.27
86
68,8
154.80
0
44,23
81,27
126,4
136
58,8
83,3
57,15
587.15
104,8
204,81
309.61
133,07
127,33
102,35
58,8
36,78
458.33
1811.16