

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Кокарев)
 02.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | |
|-----------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 03.04.2025 | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША `АССОРТИ` | 208 | 5,1 | 5,5 | 26,1 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 205 | 2,9 | 2,5 | 14,87 |
| Итого за завтрак 1 | | 443.00 | 9.55 | 12.40 | 53.87 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) аллергику | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 |
| | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| Итого за завтрак 2 | | 300.00 | 1.40 | 0.60 | 29.60 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ | 61 | 2,02 | 7,81 | 3,35 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 5,17 | 5,54 | 8,54 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 |
| | КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ | 87 | 10,8 | 15,33 | 0 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 34 | 1,68 | 0,24 | 13,32 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,89 |
| Итого за обед | | 752.00 | 24.22 | 32.30 | 66.05 |
| Полдник | КЕФИР | 207 | 5,99 | 0,2 | 7,99 |
| | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 50 | 1,6 | 0,6 | 23,1 |
| Итого за полдник | | 257.00 | 7.59 | 0.80 | 31.09 |
| Ужин 1 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 47 | 0,8 | 3,47 | 3,02 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 180 | 7,52 | 9,21 | 34,2 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,12 | 0,16 | 8,8 |
| | БАТОН | 35 | 2,1 | 0,35 | 17,99 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 178 | 0,04 | 0 | 9,15 |
| Итого за ужин 1 | | 462.00 | 11.58 | 13.19 | 73.16 |
| Итого за день | | 2217.00 | 54.34 | 59.29 | 253.77 |

Исполнитель: _____ (Мокерова Л.В.)
 Шеф-повар: _____ (Кашина Т.А.)

за Л.В.)

| Эн.ценность |
|-------------|
| 172,6 |
| 59,5 |
| 37,5 |
| 98,8 |
| 368.40 |
| 86 |
| 47 |
| 133.00 |
| 0 |
| |
| 92,79 |
| 119,82 |
| 96,58 |
| 190,25 |
| 58,8 |
| 47,6 |
| 74,1 |
| 679.94 |
| 61,94 |
| 103,9 |
| 165.84 |
| 46,22 |
| 250,62 |
| 39,2 |
| 83,3 |
| 36,78 |
| 456.12 |
| 1803.30 |