

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокарев)
30.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
05.05.2025					
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	202	4,87	5,3	25,56
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		433.00	9.62	12.40	54.16
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной) аллергику	200	1	0,2	19,8
	ЯБЛОКО	118	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак 2		318.00	1.40	0.60	29.60
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	63	2,14	6,05	4,66
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,68	0,24	13,32
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	175	0,2	0	14,3
Итого за обед		704.00	15.60	34.60	66.16
Полдник	МОЛОКО	203	5,6	4,9	9,3
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25
Итого за полдник		258.00	8.85	7.47	50.55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3
	БАТОН	31	2,25	0,38	19,28
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41
Итого за ужин 1		470.00	22.20	20.97	66.68
Итого за день		2186.00	57.67	76.04	267.15

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

за Л.В.)

Эн.ценность
168,96
59,5
37,5
100,7
366.66
86
47
133.00
0
81,18
119,2
91,5
227,63
58,8
59,5
637.81
104,8
201,3
306.10
48,64
313,67
38,5
89,43
44,06
534.30
1977.87