

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокарев)
04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
05.06.2025					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	158	12,88	11,75	20,25
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	32	1,99	2,37	16,3
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за завтрак 1		413.00	17.13	18.65	54.63
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74
	АПЕЛЬСИН аллергику	130	1,16	0,26	10,53
Итого за завтрак 2		260.00	1.68	0.78	23.27
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0
Итого за на весь день		4.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	52	0,88	4,25	2,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,79	0,4	20,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88
Итого за обед		773.00	24.18	35.70	88.45
Полдник	СНЕЖОК	204	5,8	5	22
	БАТОН	32	1,8	0,3	15,42
Итого за полдник		236.00	7.60	5.30	37.42
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	83	13,44	4,88	3,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16
Итого за ужин 1		443.00	18.41	8.20	38.71
Итого за день		2129.00	69.00	68.63	242.48

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

а Л..В.)

Эн.ценность
253,88
20,37
83,3
37,5
0,82
395.87
61,1
55,9
117.00
0
59,7
186,6
113,74
190,25
53,3
98
50,67
752.26
156
71,4
227.40
96,58
116
58,8
36,78
308.16
1800.69