

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_()  
06.05.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
06.05.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	205	4,96	6	21,74
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	КАКАО НА МОЛОКЕ	186	2,83	3,11	13,52
Итого за завтрак 1		429.00	12.29	13.23	48.11
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН диетчику	130	1,16	0,26	10,53
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		330.00	2.16	0.46	30.33
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0
Итого за на весь день		2.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	26,37
Итого за обед		743.00	25.90	29.91	112.26
Полдник	СНЕЖОК	196	5,6	5	22
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82
Итого за полдник		266.00	10.19	13.62	60.82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		523.00	10.68	11.84	69.45
Итого за день		2293.00	61.22	69.06	320.97

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()

Эн.ценность
161,81
59,5
47,47
89,62
358.40
55,9
86
141.90
0
133,07
112,8
204,35
163
58,8
47,6
107,89
827.51
154
250,49
404.49
38,02
136,8
102,35
39,2
83,3
36,78
436.45
2168.75