

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокарев
10.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
11.06.2025					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	202	4,7	4,9	16
	БАТОН	27	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		435.00	9.45	12.00	44.60
Завтрак 2	ЯБЛОКО	116	0,4	0,4	9,8
	АПЕЛЬСИН аллергикам	100	0,89	0,2	8,1
Итого за завтрак 2		216.00	1.29	0.60	17.90
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,8	3	6,3
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	85	2,51	2,74	2,29
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96
	Итого за обед		779.00	13.44	20.53
Полдник	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	151	26,15	12,56	25,97
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41
Итого за полдник		499.00	30.56	19.11	88.45
Итого за день		1932.00	54.74	52.24	224.85

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

за Л.В.)

Эн.ценность
125,8
59,5
37,5
100,7
323.50
47
43
90.00
0
56,5
97,18
141,14
92,57
65,1
58,8
47,6
57,15
616.04
75,8
323,41
54
83,3
64,2
44,06
644.77
1674.31