

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Кокарев)
 07.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
12.05.2025					
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		390.00	9.28	11.32	54.65
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	130	1,16	0,26	10,53
	СОК (фруктовый/овощной) аллергику	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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	205	2,16	3,44	13,44
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		727.00	14.84	28.41	87.32
Полдник	СНЕЖОК	201	5,6	5	22
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72
Итого за полдник		251.00	8.80	7.66	47.72
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	34	1,99	2,37	16,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		462.00	12.55	14.12	90.68
Итого за день		2162.00	47.63	61.97	310.70

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

за Л.В.)

Эн.ценность
159,98
59,5
37,5
100,7
357.68
55,9
86
141.90
0
47,9
93,6
136,8
212,46
58,8
47,6
38,7
635.86
154
146,29
300.29
323,67
20,37
39,2
83,3
0,82
467.36
1903.09