

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокареж
16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
17.06.2025					
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	201	4,96	6	21,74
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	КАКАО НА МОЛОКЕ	181	2,83	3,11	13,52
Итого за завтрак 1		420.00	12.29	13.23	48.11
Завтрак 2	ЯБЛОКО	135	0,4	0,4	9,8
	АПЕЛЬСИН аллергику	100	0,89	0,2	8,1
Итого за завтрак 2		235.00	1.29	0.60	17.90
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0
Итого за на весь день		2.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	84	11,39	9,6	5,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	17,89
	Итого за обед	749.00	23.98	21.31	103.50
Полдник	ЙОГУРТ	212	5,8	5	22
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82
Итого за полдник		242.00	5.83	5.00	45.82
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	90	3,66	4,1	2,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		539.00	10.68	11.84	69.45
Итого за день		2187.00	54.07	51.98	284.78

Исполнитель: _____ (Мокерова Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Кашина Т.А.)

за Л.В.)

Эн.ценность
161,81
59,5
47,47
89,62
358.40
47
43
90.00
0
47,9
112,8
204,35
163
58,8
47,6
74,1
708.55
156
96,3
252.30
38,02
136,8
102,35
39,2
83,3
36,78
436.45
1845.70