

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокарев)
18.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
19.06.2025					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	162	12,88	11,75	20,25
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3
	БАТОН	34	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		410.00	17.13	18.65	54.63
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74
На весь день	Соль йодированная	1	0	0	0
Итого за на весь день		1.00			
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	72	0,8	4	3,4
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	201	4,03	6,11	18,13
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	90	10,8	15,33	0
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,79	0,4	20,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88
Итого за обед		798.00	23.50	33.35	87.61
Полдник	КЕФИР	216	5,99	0,2	7,99
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	57	1,6	0,6	23,1
Итого за полдник		273.00	7.59	0.80	31.09
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	81	13,44	4,88	3,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	186	0,8	1	11,41
Итого за ужин 1		447.00	19.17	9.20	40.96
Итого за день		2059.00	67.91	62.52	227.03

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

за Л.В.)

Эн.ценность
253,88
20,37
83,3
37,5
0,82
395.87
61,1
61.10
0
57
186,6
113,74
190,25
33,7
98
50,67
729.96
61,94
103,9
165.84
96,58
116
58,8
44,06
315.44
1668.21