

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Кокарев)
 20.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
21.02.2025					
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	192	5,39	7,22	22,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		415.00	10.14	14.32	50.95
Завтрак 2	МАНДАРИН	102	0,56	0,14	15,2
	СОК (фруктовый/овощной) аллергику	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		302.00	1.56	0.34	35.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	198	6,8	8,4	8,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	83	13,44	4,88	3,56
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88
Итого за обед		728.00	26.38	18.63	62.37
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82
Итого за полдник		230.00	6.02	0.20	31.81
Ужин 1	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ`	61	0,96	2,04	4,08
	ОМЛЕТ	139	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		442.00	13.37	12.76	49.32
Итого за день		2122.00	57.47	46.25	229.45

Исполнитель: _____ (Мокерова Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Кашина Т.А.)

за Л.В.)

Эн.ценность
175,55
59,5
37,5
100,7
373.25
64
86
150.00
0
35,65
147,5
127,33
116
20,22
58,8
50,67
556.17
61,94
96,3
158.24
37,2
164,13
58,8
83,3
35,3
378.73
1616.39