

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Кокарев

26.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
27.06.2025					
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	204	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	203	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		437.00	10.14	14.32	50.95
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	72	0,5	3	1,5
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	196	6,8	8,4	8,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	81	13,44	4,88	3,56
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		739.00	25.83	21.58	52.93
Полдник	КЕФИР	193	5,99	0,2	7,99
	ПЕЧЕНЬЕ	41	0,03	0	23,82
Итого за полдник		234.00	6.02	0.20	31.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	59	1,6	3	3,79
	ОМЛЕТ	156	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	31	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		456.00	14.01	13.72	49.03
Итого за день		2069.00	57.00	50.02	204.52

Исполнитель: _____ (Мокерова Л.А.)

Шеф-повар: _____ (Кашина Т.А.)

за Л.В.)

Эн.ценность
175,55
59,5
37,5
100,7
373.25
86
86.00
0
37
147,5
127,33
116
20,22
58,8
38,7
545.55
61,94
96,3
158.24
49
164,13
58,8
83,3
35,3
390.53
1553.57