

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Кокарев
28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
30.05.2025					
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	203	5,39	7,22	22,35
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		436.00	10.14	14.32	50.95
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН аллергику	130	1,16	0,26	10,53
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		330.00	2.16	0.46	30.33
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	61	1	5,07	3,03
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6,8	8,4	8,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	179	0,46	0	11,88
Итого за обед		729.00	26.79	23.65	56.64
Полдник	МОЛОКО	205	5,6	4,9	9,3
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	70	2,9	3,3	43,8
Итого за полдник		275.00	8.50	8.20	53.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,92	3,06	4,13
	ОМЛЕТ	154	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		461.00	13.33	13.78	49.37
Итого за день		2234.00	60.92	60.41	240.39

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

за Л.В.)

Эн.ценность
175,55
59,5
37,5
100,7
373.25
55,9
86
141.90
0
57
147,5
127,33
116
20,22
58,8
50,67
577.52
104,8
223
327.80
50,39
164,13
58,8
83,3
35,3
391.92
1812.39