

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Мышкина И.В.)

04.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		435.00	13.11	14.74	58.25	423.77
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,51	0,1	10,06	43,72
	ЯБЛОКО	46	0,77	0,77	18,78	90,08
Итого за завтрак 2		147.00	1.28	0.87	28.84	133.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `МОЗАИКА`	58	1,72	4,42	6,09	71,34
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	81	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		719.00	22.59	29.34	71.58	701.09
Полдник	КЕФИР	190	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	31	2,34	1,85	29,74	145,12
Итого за полдник		221.00	8.33	2.05	37.73	207.06
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	149	9,46	9,12	20,31	232,14
	СГУЩЕНОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		399.00	13.96	11.92	57.17	348.53
Итого за день		1924.00	59.27	58.92	253.57	1814.25

Исполнитель: Заведующий _____ (Мышкина Ирина Васильевна)

повар: _____ (Макарова Галина Алексеевна)