УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Мышкина И.В.)

14.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.04.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		430.00	13.56	11.73	63.49	379.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,51	0,1	10,05	43,65
	ЯБЛОКО	96	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за завтрак 2		197.00	1.11	0.70	24.75	114.15
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `СВЕКОЛКА`	60	6,74	8,49	12,75	154,69
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,73	97,1
Итого за обед		720.00	24.69	26.34	107.21	693.46
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	71	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		271.00	9.35	6.31	62.82	305.51
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	39	1,2	0,13	2,67	16
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		489.00	10.47	8.55	49.29	377.66
Итого за день		2110.00	59.18	53.63	307.56	1870.06

Исполнитель: Заведующий _____ (Мышкина Ирина Васильевна)

повар: _____ (Макарова Галина Алексеевна)