

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Мышкина И.В.)

16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	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	12.28	11.63	55.68	382.45
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,51	0,1	10,06	43,72
	ЯБЛОКО	52	0,65	0,65	15,93	76,38
Итого за завтрак 2		153.00	1.16	0.75	25.99	120.10
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,97	8,4	5,16	142,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		690.00	21.90	19.36	88.19	617.13
Полдник	ЙОГУРТ	193	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		243.00	9.08	11.16	49.73	334.92
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	37	1,2	0,13	2,67	16
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	75	17,88	12,65	13,96	239,76
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		477.00	24.29	17.29	71.42	512.64
Итого за день		1996.00	68.71	60.19	291.01	1967.24

Исполнитель: Заведующий _____ (Мышкина Ирина Васильевна)

повар: _____ (Макарова Галина Алексеевна)