

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Мышкина И.В.)

17.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		425.00	11.57	13.08	64.29	381.97
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		100.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,73	97,1
Итого за обед		690.00	22.22	29.19	78.17	661.35
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		270.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		430.00	11.78	13.80	38.41	343.27
Итого за день		1918.00	56.80	70.74	240.08	1820.39

Исполнитель: Заведующий \_\_\_\_\_ (Мышкина Ирина Васильевна)

повар: \_\_\_\_\_ (Макарова Галина Алексеевна)