

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Мышкина И.В.)

20.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	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	14.94	15.56	61.09	446.11
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,51	0,1	10,06	43,72
	ЯБЛОКО	58	0,59	0,59	14,57	69,9
Итого за завтрак 2		159.00	1.10	0.69	24.63	113.62
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
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		720.00	18.86	34.35	87.07	693.30
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,8	5	22	156
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		230.00	9.00	7.66	47.72	302.29
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	146	12,2	11,12	29,57	291,43
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	25	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		386.00	16.40	13.87	63.90	395.92
Итого за день		1923.00	60.30	72.13	284.41	1951.24

Исполнитель: Заведующий _____ (Мышкина Ирина Васильевна)

повар: _____ (Макарова Галина Алексеевна)