

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Мышкина И.В.)

23.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	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)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	61	0,68	0,68	16,61	79,64
Итого за завтрак 2		161.00	1.18	0.78	26.51	122.64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `СВЕКОЛКА`	59	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 ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		719.00	24.94	26.25	98.12	655.34
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	63	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		263.00	9.35	6.31	62.82	305.51
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	31	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	39	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		480.00	10.47	8.55	49.29	377.66
Итого за день		2056.00	59.50	53.62	300.23	1840.43

Исполнитель: Заведующий _____ (Мышкина Ирина Васильевна)

повар: _____ (Макарова Галина Алексеевна)