

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 03.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
04.03.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	199	6,09	5,73	25,03
	БАТОН	27	1,76	0,29	15,08
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41
Итого за завтрак 1		418.00	11.65	10.89	51.52
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	58	3	4,5	4,12
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	201	1,79	3,28	3,07
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,11	0	10,56
Итого за обед		748.00	20.47	21.76	91.35
Полдник	КЕФИР	187	5,99	0,2	7,99
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82
Итого за полдник		217.00	6.02	0.20	31.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	45	0,61	3,71	3,05
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17
Итого за ужин 1		515.00	10.36	12.17	53.77
Итого за день		2001.00	48.90	45.42	238.25
Среднее значение за период		2001.00	48.90	45.42	238.25

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
174,51
69,85
47,47
44,06
335.89
47
47.00
0
69
41,6
126,4
136
58,8
83,3
42,94
558.04
61,94
96,3
158.24
49,91
127,33
102,35
58,8
47,6
40,87
426.86
1526.03
1526.03