

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | |
|----------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 06.03.2025 | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША `АССОРТИ` | 199 | 5,1 | 5,5 | 26,1 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 199 | 2,9 | 2,5 | 14,87 |
| Итого за завтрак 1 | | 428.00 | 9.55 | 12.40 | 53.87 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 195 | 1 | 0,2 | 19,8 |
| Итого за завтрак 2 | | 195.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 58 | 1 | 5,9 | 4,9 |
| | СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ | 200 | 4,03 | 6,11 | 18,13 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 79 | 9,2 | 8,7 | 13,5 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА | 180 | 0,17 | 0,07 | 12,94 |
| Итого за обед | | 716.00 | 20.53 | 24.30 | 85.74 |
| Полдник | КЕФИР | 205 | 6,04 | 0,2 | 8,05 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 0,03 | 0 | 23,82 |
| Итого за полдник | | 235.00 | 6.07 | 0.20 | 31.87 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60 | 0,75 | 3,27 | 3,92 |
| | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 151 | 26,15 | 12,56 | 25,97 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 9 | 0,53 | 0,08 | 4,17 |
| | БАТОН | 24 | 1,48 | 0,25 | 12,7 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 |
| Итого за ужин 1 | | 424.00 | 28.95 | 16.16 | 55.91 |
| Итого за день | | 2001.00 | 66.10 | 53.26 | 247.19 |
| Среднее значение за период | | 2001.00 | 66.10 | 53.26 | 247.19 |

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()

| |
|-------------|
| Эн.ценность |
| |
| 172,6 |
| 59,5 |
| 37,5 |
| 98,8 |
| 368.40 |
| 86 |
| 86.00 |
| 0 |
| |
| 82,8 |
| |
| 186,6 |
| 96,58 |
| 176,09 |
| 58,8 |
| 47,6 |
| 52,48 |
| 700.95 |
| 62,45 |
| 96,3 |
| 158.75 |
| 48,64 |
| |
| 323,41 |
| 18,57 |
| 58,8 |
| 36,78 |
| 486.20 |
| 1800.30 |
| 1800.30 |