

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
12.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
13.05.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	208	6,09	5,73	25,03
	БАТОН	28	1,75	0,29	14,99
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78
Итого за завтрак 1		449.00	10.84	9.89	49.80
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	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	60	3	4,5	4,12
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	199	2,24	3,36	5,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	75	10,8	15,33	0
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,53	1,87	3,47
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,11	0	10,56
Итого за обед		796.00	24.36	31.15	94.16
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99
	ПРЯНИКИ	49	3,77	2,98	47,93
Итого за полдник		249.00	9.76	3.18	55.92
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	31	0,32	0	0,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,16	8,73
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17
Итого за ужин 1		498.00	9.49	8.38	46.77
Итого за день		2097.00	54.85	53.00	256.45
Среднее значение за период		2097.00	54.85	53.00	256.45

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
174,51
69,42
47,47
39,22
330.62
47
47.00
0
69
61,6
126,4
190,25
33,45
58,8
83,3
42,94
665.74
61,94
233,92
295.86
5,28
127,33
102,35
38,52
47,6
40,87
361.95
1701.17
1701.17