

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____
 05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	14,68	14,12	21,63	286,24
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,3	1,36	22,79
	БАТОН	6125	2,67	0,35	17,96	91,69
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		6464.00	17.88	19.95	41.04	439.13
Завтрак 2	ЯБЛОКО	140	0,56	0,56	13,72	65,8
Итого за завтрак 2		140.00	0.56	0.56	13.72	65.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	59	0,97	2,06	4,11	37,52
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	773	7,09	1,6	3,9	77,37
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,9	4,31	2,87	54,04
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,84	0,52	20,93	101,27
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		1442.00	19.73	20.10	98.74	621.90
Полдник	КЕФИР	184	5,97	0,2	7,97	61,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		204.00	5.99	0.20	23.85	126.00
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	77	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		425.00	20.04	35.20	34.50	525.24
Итого за день		8678.00	64.20	76.01	211.85	1778.07

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()