



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Т.В. Гсаулова (Гсаулова Т.В.)
06.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	10.84	12,83	53,63	372,21
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0.56	0,14	15,2	72
Итого за завтрак 2		120	0.56	0.14	15.20	72
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ	60	1	3,06	4,6	49,44
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10.57	20,76	17,26	296,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.65	0.3	12,15	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЯБЛОК	180	0.18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		695.00	24.92	18.85	71.30	632,19
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4.63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		270.00	10.65	11.58	38.54	347,8
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	ОМЛЕТ	150	8.63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.65	0.3	13,32	58,8
	БАТОН	35	2.1	0,35	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,8	35,3
		455.00	17.03	17.39	37.35	379,55
Итого за день		1955.00	64.56	61.16	220.52	1821,75

Исполнитель: Старшая м/с _____ (Матанцева Н.Ф.)