

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Эсаулова Т.В.)
18.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.06.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	10,3	9,39	16,2	218,3
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	59,5
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	0,36	1,32	1,17	23,1
	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		390	15,2	17,04	37,51	339,31
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	67
Итого за завтрак 2						
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день						
Обед	САЛАТ ЗДОРОВЬЕ	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,7	6,1	9,4	131,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	КОТЛЕТА НАТУРАЛЬНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	38,7
	Итого за обед	740,00	28,31	43,29	81,01	581,33
Полдник	СНЕЖОК	157	5,8	5	22	156
	БАТОН	39	3,05	0,4	20,52	104,79
	ПЕЧЕНЬЕ	32	0,03	0	23,82	106
Итого за полдник		228	5,83	5,00	45,82	252,30
Ужин 1	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	30	1,1	5,3	4,8	31,4
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	150	3,9	5,5	39	126,4
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	Чай С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		475,00	15,56	7,83	72,39	393,79
Итого за день		1963,00	73,06	77,43	273,61	1737,65

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