

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Вакулева Екатерина
 Александровна)
 14.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		405.00	8.29	11.45	51.29	287.80
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.89	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,52	4,37	10,83	104,64
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,83	8,28	9,91	157,37
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,87	3,66	29,86	163,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,23	0,32	16,16	78,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		720.00	22.74	22.53	88.75	654.00
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		240.00	8.35	2.07	37.99	208.34
Ужин 1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		480.00	12.64	9.20	65.93	321.88
Итого за день		1950.00	52.52	45.35	253.85	1515.02
Среднее значение за период		1950.00	52.52	45.35	253.85	1515.02

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()