

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Вожегова Л. А.)

13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	199	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		422.00	10.99	13.20	58.15	356.34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.90	43.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	62	0,8	4	3,4	57
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,46	11,31	17,26	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		683.00	24.38	19.73	71.27	573.65
Полдник	КЕФИР	170	5,27	0,18	7,02	54,47
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		240.00	9.86	8.80	45.84	304.96
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		437.00	13.21	13.82	39.64	345.07
Итого за день		1884.00	58.94	55.65	224.80	1623.02

Исполнитель: Врач (Кузенкова Л. Н.)

Шеф-повар: (Рязанова Е. Е.)