

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Вожегова Л. А.)
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	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	30	0,48	0,41	2,35	15,1
Итого за завтрак 1		223.00	16.11	18.53	42.63	416.83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	112	0,47	0,47	10,96	52,64
Итого за завтрак 2		112.00	0.47	0.47	10.96	52.64
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	197	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	78	9,2	8,7	13,5	176,09
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	31	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		745.00	23.21	29.06	92.46	670.50
Полдник	КЕФИР	181	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		245.00	10.15	2.37	53.41	279.74
Ужин 1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	6,74	8,49	12,75	154,69
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	68	6,24	1,41	3,44	68,06
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		504.00	17.87	14.06	52.91	445.66
Итого за день		1831.00	67.81	64.49	252.37	1865.37

Исполнитель: Врач (Кузенкова Л. Н.)

Шеф-повар: (Рязанова Е. Е.)