

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Вожегова Л. А.)

15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	19	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		424.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	119	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		119.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	197	4,03	6,11	18,13	186,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	80	7,89	7,89	3,2	135,99
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		741.00	19.12	27.20	70.45	688.42
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		217.00	6.62	0.38	41.29	199.65
Ужин 1	САЛАТ 'ЗИМНИЙ'	61	1,6	3,6	6,9	65,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	69	6,2	1,4	3,41	67,6
	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		487.00	13.26	8.46	41.01	313.50
Итого за день		1991.00	50.49	48.30	225.41	1650.90

Исполнитель: Врач (Кузенкова Л. Н.)

Шеф-повар: (Рязанова Е. Е.)