

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Вожегова Л. А.)
24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	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	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		424.00	10.99	13.20	58.15	356.34
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,46	0,46	10,77	51,7
Итого за завтрак 2		110.00	0.46	0.46	10.77	51.70
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,8	3,9	4	55,2
	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	21	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		680.00	24.20	19.54	72.40	573.02
Полдник	КЕФИР	168	4,51	0,15	6,01	46,6
	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	69	6,4	6,6	30,59	207,36
Итого за полдник		237.00	10.91	6.75	36.60	253.96
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	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		478.00	9.21	19.29	56.37	485.83
Итого за день		1934.00	55.77	59.24	234.29	1720.85

Исполнитель: Врач (Кузенкова Л. Н.)
Шеф-повар: (Рязанова Е. Е.)