

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Козулина Ю.О.)
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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	17	1,3	0,17	8,72	44,53
	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		422.00	9.94	14.24	46.82	358.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,51	0,1	9,99	43,43
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		201.00	0.91	0.50	19.79	90.43
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	5,07	3,03	57
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,62	0,38	18,99	92,12
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		767.00	18.14	16.91	67.19	544.05
Полдник	МОЛОКО	198	5,54	4,85	9,21	103,75
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за полдник		268.00	10.02	8.57	45.22	308.56
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	3,18	10,23	9,34	141,92
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	17	1,3	0,17	8,72	44,53
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		407.00	16.26	23.99	31.66	409.24
Итого за день		2068.00	55.27	64.21	210.68	1710.56

Исполнитель: ИО заведующего (Козулина Ю.О.)
Шеф-повар: (Табак Т.В.)