

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Козулина Ю.О.)
17.06.2025
г. Кир

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	27	2,06	0,27	13,85	70,73
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,09	2,61	15,15	97,18
Итого за завтрак 1		425.00	11.29	12.76	54.08	379.92
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,52	0,1	10,19	44,29
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		203.00	0.92	0.50	19.99	91.29
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,57	0,37	18,58	90,16
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		686.00	17.81	28.49	61.07	588.73
Полдник	ЙОГУРТ	166	4,81	4,15	18,26	129,48
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		192.00	4.84	4.15	38.90	212.94
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,8	3,9	4	55,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	БАТОН	26	1,98	0,26	13,34	68,11
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		446.00	10.41	13.39	51.57	374.83
Итого за день		1955.00	45.27	59.29	225.61	1647.71

Исполнитель: ИО заведующего (Козулина Ю.О.)

Шеф-повар: (Табак Т.В.)