



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Котельникова Д.А.)  
29.05.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                                           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 30.05.2025            |                                                              |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ                                   | 200       | 5,39             | 7,22  | 22,35    | 175,55      |
|                       | БАТОН                                                        | 15        | 1,15             | 0,15  | 7,7      | 39,3        |
|                       | 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    |                                                              | 420.00    | 9.79             | 14.22 | 45.80    | 353.05      |
| 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                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ                          | 60        | 1,2              | 5,2   | 4,53     | 69,33       |
|                       | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                                       | 200       | 3,52             | 4,05  | 8,88     | 97,52       |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                            | 150       | 3,16             | 3,91  | 14,25    | 127,33      |
|                       | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ<br>(СВИНИНА)                       | 80        | 9,93             | 23,35 | 10,18    | 278,3       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 50        | 2,79             | 0,4   | 20,2     | 98          |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК                                     | 180       | 0                | 0     | 14,49    | 58,32       |
| Итого за обед         |                                                              | 720.00    | 20.60            | 36.91 | 72.53    | 728.80      |
| 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ,<br>ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60        | 0,8              | 3,9   | 4        | 55,2        |
|                       | ОМЛЕТ                                                        | 150       | 11,78            | 13,59 | 4,8      | 187,5       |
|                       | БАТОН                                                        | 15        | 1,15             | 0,15  | 7,7      | 39,3        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                                                | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,29       |
| Итого за ужин 1       |                                                              | 405.00    | 13.73            | 17.64 | 25.30    | 317.29      |
| Итого за день         |                                                              | 2019.00   | 55.06            | 77.84 | 208.84   | 1798.99     |

Исполнитель: Медсестра (Котельникова Д.А.)  
Шеф-повар: (Табак Т.В.)