

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Котельникова Д.А.)
 30.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,73	4,95	24,25	165,65
	БАТОН	27	2,06	0,27	13,85	70,73
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		445	14,04	15,94	53,85	422,05
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,51	0,1	10,09	43,86
Итого за завтрак 2		102	0,51	0,1	10,09	43,86
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	45	0,79	3,83	2,56	47,97
	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		765	18,46	17,62	100,51
Полдник	МОЛОКО	195	5,46	4,78	9,07	102,18
	ПРЯНИКИ	38	2,25	1,78	28,5	139,08
Итого за полдник		233	7,71	6,56	37,57	241,26
Ужин 1	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	76	15,62	14,91	10,89	240,21
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	БАТОН	24	1,83	0,24	12,31	62,87
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		430	20,73	19,09	37,49	431,32
Итого за день		1980	61,45	59,31	239,51	1699,88

Исполнитель: Медсестра _____ (Котельникова Д.А.)

Шеф-повар: _____ (Табак Т.В.)