

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Бахтина Т.С.)

11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	198	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		432.00	10.84	12.83	53.63	372.21
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		705.00	22.47	28.15	68.23	613.79
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		267.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	58	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	41	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		462.00	14.12	13.75	40.27	356.05
Итого за день		2066.00	58.66	69.40	221.34	1775.85

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Попова И.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()