

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Бахтина Т.С.)  
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                                | 199       | 5,39             | 7,22  | 22,35    | 175,55      |
|                       | БАТОН                                                     | 29        | 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       |
|                       | ХЛЕБЦЫ (диета)                                            | 9         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за завтрак 1    |                                                           | 441       | 10.14            | 14.32 | 50.95    | 373.25      |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)                                   | 196       | 1                | 0,2   | 19,8     | 86          |
| Итого за завтрак 2    |                                                           | 196.00    | 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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 59        | 0,8              | 3,9   | 4        | 55,2        |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ         | 180       | 3,78             | 4,68  | 5,94     | 106,2       |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                         | 149       | 3,17             | 3,92  | 14,25    | 127,33      |
|                       | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ                                          | 81        | 5,83             | 17,37 | 9,03     | 212,46      |
|                       | КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ                                       | 180       | 0,18             | 0     | 12,87    | 53,55       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                               | 26        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | Итого за обед                                             | 675.00    | 15.44            | 30.11 | 59.41    | 613.54      |
| Полдник               | МОЛОКО                                                    | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                       | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ                                      | 50        | 3,31             | 6,84  | 21,51    | 173,57      |
| Итого за полдник      |                                                           | 250       | 8.91             | 11.74 | 30.81    | 278.37      |
| Ужин 1                | ОМЛЕТ                                                     | 149       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,13      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                               | 26        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                            | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
|                       | БАТОН                                                     | 40        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                       | ХЛЕБЦЫ (диета)                                            | 9         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за ужин 1       |                                                           | 404       | 12.52            | 10.75 | 36.48    | 307.05      |
| Итого за день         |                                                           | 1966.00   | 48.01            | 67.12 | 197.45   | 1658.21     |

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

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()