

УТВЕРЖДАЮ

и.о. заведующего _____ (Бахтина Т.С.)

21.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	189	4,46	4,65	15,2	119,48
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		391.00	8.89	11.48	42.22	307.06
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		194.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	57	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	198	3,2	5,09	6,48	95,6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	72	6,64	1,5	3,65	72,37
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		753.00	16.00	19.71	57.37	521.15
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,27
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	22	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		221.00	6.86	4.71	39.67	229.87
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	160	15,01	16,31	34,35	349,99
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	24	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		454.00	18.04	19.69	60.84	499.15
Итого за день		2018.00	50.79	55.79	219.90	1643.23

Исполнитель: Кладовщик _____ (Попова И.В.)

Шеф-повар: _____ ()