



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Козырева)
07.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
10.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	172	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	49	3,06	0,51	26,24	121,48
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	4,62	5,96	0	73,03
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		407.00	15.75	14.47	67.50	464.17
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	61	2,24	6,3	4,86	84,65
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,5	5,5	6,8	100,5
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	200	6,78	21,79	11,37	288,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,84	0,41	22,51	99,35
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		690.00	15.46	34.00	55.04	611.57
Полдник	КЕФИР	176	6	0,2	8,01	62,1
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		206.00	6.03	0.20	31.83	158.40
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,61	2,23	6,18	54,74
	БАТОН	29	1,78	0,3	15,26	70,79
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		421.00	15.40	14.31	41.73	380.42
Итого за день		1941.00	53.44	63.78	215.70	1708.56

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)