



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Козырев*)
11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углево	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	201	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	49	3,06	0,51	26,24	121,48
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		456.00	12.55	13.46	71.54	418.32
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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	56	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,46	11,31	17,26	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		686.00	24.16	18.70	68.52	545.79
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		240.00	5.84	5.00	53.76	284.40
Ужин 1	ОМЛЕТ	151	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		360.00	10.53	10.46	20.51	236.00
Итого за день		1945.00	54.08	47.82	234.13	1570.5

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)