


 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Козырева)
 12.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	154	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		439.00	17.04	19.55	49.36	456.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,83	86,2
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.83	86.20
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	59	0,74	4,54	3,73	61
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	198	6,81	8,41	8,51	147,67
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	76	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	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		763.00	25.95	36.28	82.40	701.51
Полдник	КЕФИР	189	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	35	2,38	1,88	30,29	147,81
Итого за полдник		224.00	8.37	2.08	38.28	209.75
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	58	0,48	0	0,96	7,92
	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,59	8	27,05	241,85
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	181	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		469.00	8.67	9.30	54.84	365.23
Итого за день		2096.00	61.03	67.41	244.71	1818.97

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)
 Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)