



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Козырева)
13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	32	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		416.00	6.46	10.30	43.68	297.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	91	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		91.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	58	3	4,5	4,12	69
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	148	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	66	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,77	0,5	20,39	98,7
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	176	0,46	0	11,91	50,81
Итого за обед		695.00	20.34	21.67	82.87	536.11
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	70	6,4	6,6	30,59	207,36
Итого за полдник		271.00	12.00	11.50	39.89	312.16
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,69	102,34
	БАТОН	38	2,27	0,3	15,29	78,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	80	0	0	3,91	15,68
Итого за ужин 1		348.00	9.09	8.31	36.14	323.43
Итого за день		1825.00	48.89	51.98	222.37	1554.98

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)