



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Козырева Татьяна
Владимировна)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	178	4,38	4,76	22,98	151,89
	БАТОН	53	3,06	0,51	26,19	121,29
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		435.00	10.69	12.12	64.92	411.38
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	178	3,15	4,95	6,12	90,45
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ	202	6,78	21,78	11,36	288,27
	ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	49	2,84	0,41	22,51	99,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0,1	0	9,5	38,65
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		667.00	15.01	33.19	54.15	597.90
Полдник	КЕФИР	178	6,01	0,2	8,02	62,18
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		218.00	8.37	2.07	38.02	208.58
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,69	3	5,69	53,09
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	141	14,65	14,1	21,6	285,83
	БАТОН	32	1,79	0,3	15,27	70,85
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		461.00	18.53	20.60	56.27	492.33
Итого за день		1983.00	53.40	68.78	232.96	1804.19

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)