

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Козырева)
18.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
19.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	51	3,06	0,51	26,21	121,38
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		456.00	11.01	12.26	57.96	385.38
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	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		720.00	12.27	14.08	61.95	485.84
Полдник	ЙОГУРТ	195	5,81	5,01	22,04	156,27
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		235.00	8.17	6.88	52.04	302.67
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		388.00	30.05	15.26	57.73	416.00
Итого за день		2002.00	62.50	48.68	249.47	1675.89

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)