



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Козырева* (Козырева)
20.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево ды	
21.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	42	3	0,5	25,7	119
	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		447.00	11.64	14.57	63.80	432.75
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	149	1,11	0,27	30,3	127,59
Итого за завтрак 2		149.00	1.11	0.27	30.30	127.59
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	1	5,07	3,03	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	82	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	2,85	0,41	22,6	99,78
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	Итого за обед		777.00	27.20	29.29	82.08
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	70	4,6	4	26,8	162
Итого за полдник		271.00	10.20	8.90	36.10	266.80
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	25	1,81	0,3	15,51	71,81
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		355.00	11.24	11.43	32.05	280.00
Итого за день		2002.00	61.39	64.46	244.33	1822.07

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