



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Козырева)
 26.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
27.11.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	50	3,82	0,5	25,66	130,98
	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		455.00	11.77	12.25	57.41	394.98
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,64
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		720.00	12.32	12.65	64.15	503.25
Полдник	КЕФИР	208	5,99	0,2	7,99	61,94
	МАРМЕЛАД	34	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		242.00	6.01	0.20	23.87	126.14
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	153	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	30	2,39	0,34	14,74	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		393.00	29.26	14.80	42.74	422.77
Итого за день		2015.00	60.16	40.70	207.77	1541.14

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)