



 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Козырева)
 27.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углево	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	184	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	49	3,9	0,51	26,19	133,71
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	189	2,89	2,5	14,84	98,63
Итого за завтрак 1		435.00	14.74	12.88	62.77	441.64
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,11	15,51	63,51
Итого за обед		740.00	23.95	21.38	97.77	689.56
Полдник	МОЛОКО	176	5,61	4,91	9,32	105,07
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		246.00	10.65	9.11	47.40	317.87
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,16	3,91	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		437.00	23.34	11.53	38.07	371.96
Итого за день		2063.00	73.68	55.10	265.80	1907.03

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)