



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Козырева

27.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	3,7	4,76	0	58,42
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	3,15	3,46	15,03	99,63
Итого за завтрак 1		458.00	14.55	13.62	56.73	402.85
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,72	85,71
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.72	85.71
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,88	2,97	3,87	47,49
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	206	3,69	4,39	6,17	87,22
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	91	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,31
Итого за обед		755.00	13.56	14.42	61.98	508.92
Полдник	КЕФИР	198	6,01	0,2	8,01	62,16
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		228.00	6.04	0.20	31.83	158.46
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	151	26,15	12,56	25,97	323,41
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	31	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		391.00	30.04	15.26	57.65	415.65
Итого за день		2041.00	65.19	43.70	227.91	1571.59

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)