

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
20.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	БАТОН	37	2,41	0,4	20,67	95,72
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		467.00	13.00	18.59	52.67	428.72
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		198.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	199	3,68	4,16	16,64	119,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	145	2,27	3,35	10,73	91,5
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,78	0,4	22,03	97,25
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		707.00	25.19	45.72	70.76	787.99
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	1шт	5,6	2,8	33,6	167,97
Итого за полдник		249.00	10.64	7.21	41.97	262.29
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50	0,63	2,73	3,27	40,53
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21,87	12,95	23,45	302,04
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,38	23,1
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за ужин 1		450.00	25.26	17.40	57.42
Итого за день		2074.00	75.09	89.12	242.62	2061.17
Среднее значение за период		2074.00	75.09	89.12	242.62	2061.17