

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
29.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		455.00	13.38	14.40	55.63	406.73
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1шт	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		90.00	0.40	0.40	9.80	47.00
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 С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,3	2,69	9,98	73,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,82	0,4	22,36	98,7
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,73	97,1
Итого за обед		747.00	26.32	28.64	109.01	715.29
Полдник	КЕФИР	208	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	1шт	0,02	0	12,7	51,36
Итого за полдник		224.00	6.01	0.20	20.69	113.30
Ужин 1	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	1,89	5,97	15,77	124,44
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		440.00	4.41	6.40	36.37	220.55
Итого за день		1959.00	50.52	50.04	231.50	1502.87
Среднее значение за период		1959.00	50.52	50.04	231.50	1502.87