

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
27.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	201	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	33	2,06	0,34	17,67	81,81
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	12	4,62	5,96	0	73,03
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		517.00	22.59	17.73	100.37	651.27
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 С СЫРОМ	53	2,82	11,6	4,18	133,07
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	201	2,16	3,44	13,44	93,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	80	12,69	28,49	9,01	332,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,94	0,42	23,31	102,9
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		706.00	24.83	49.56	90.14	814.36
Полдник	КЕФИР	184	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	2шт	0,02	0	12,7	51,36
Итого за полдник		216.00	6.01	0.20	20.69	113.30
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	152	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	38	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		400.00	16.67	14.42	60.77	380.95
Итого за день		2040.00	71.10	82.11	291.77	2045.88
Среднее значение за период		2040.00	71.10	82.11	291.77	2045.88