

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 29.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.04.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	181	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	17	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	183	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		386.00	11.40	13.20	58.13	362.33
Завтрак 2	ЯБЛОКО	83	0,42	0,42	10,3	49,38
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		283.00	1.42	0.62	30.09	135.38
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	17	1,91	0,25	12,83	65,49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	173	0,1	0,1	16,01	66,31
Итого за обед		875.00	25.83	30.60	88.71	740.99
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	59	1,8	0,2	4	24
	ОМЛЕТ	126	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	24	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		414.00	18.14	14.52	38.19	354.51
Итого за день		1961.00	56.79	58.94	215.12	1593.21

Исполнитель: _____ ()
 Шеф-повар: _____ ()