

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_()  
04.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	45	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		450.00	9.71	13.10	50.34	359.51
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	58	0,96	3,06	4,62	49,44
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за обед		754.00	12.38	14.40	55.83	481.62
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	42	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		243.00	7.37	6.30	31.80	214.60
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	63	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		442.00	28.96	15.14	50.10	461.53
Итого за день		2095.00	59.42	49.14	207.87	1603.26
Среднее значение за период		2095.00	59.42	49.14	207.87	1603.26

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()