

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (_____
05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | |
|----------------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 06.03.2025 | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 199 | 4,87 | 5,3 | 25,56 |
| | БАТОН | 32 | 1,5 | 0,25 | 12,85 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 199 | 2,9 | 2,5 | 14,87 |
| Итого за завтрак 1 | | 435.00 | 9.32 | 12.20 | 53.33 |
| Завтрак 2 | АПЕЛЬСИН | 100 | 0,89 | 0,2 | 8,1 |
| Итого за завтрак 2 | | 100.00 | 0.89 | 0.20 | 8.10 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 58 | 1 | 5,9 | 4,9 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 200 | 5,17 | 5,54 | 8,54 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 90 | 9,2 | 8,7 | 13,5 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 64 | 1,68 | 0,24 | 13,32 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0 | 0 | 10,78 |
| | Итого за обед | | 762.00 | 20.30 | 23.46 |
| Полдник | ЙОГУРТ | 199 | 5,8 | 5 | 22 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 0,03 | 0 | 23,82 |
| Итого за полдник | | 229.00 | 5.83 | 5.00 | 45.82 |
| Ужин 1 | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,9 | 0,06 | 5,28 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 180 | 7,52 | 9,21 | 34,2 |
| | БАТОН | 45 | 2,1 | 0,35 | 17,99 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 177 | 0,04 | 0 | 9,15 |
| Итого за ужин 1 | | 462.00 | 10.56 | 9.62 | 66.62 |
| Итого за день | | 1993.00 | 46.90 | 50.48 | 237.58 |
| Среднее значение за период | | 1993.00 | 46.90 | 50.48 | 237.58 |

Исполнитель: _____ (_____)

Шеф-повар: _____ (_____)

)

| Эн.ценност ь |
|-----------------|
| 168,96 |
| 59,5 |
| 37,5 |
| 98,8 |
| 364.76 |
| 43 |
| 43.00 |
| 0 |
| |
| 82,8 |
| |
| 119,82 |
| 96,58 |
| 176,09 |
| 58,8 |
| 43 |
| 577.09 |
| 156 |
| 96,3 |
| 252.30 |
| 25,2 |
| 250,62 |
| 83,3 |
| 36,78 |
| 395.90 |
| 1633.05 |
| 1633.05 |