

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Дудина Е.В.)
05.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углево-ды	
06.05.2025 г. Кирова						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		449.00	12.17	11.44	70.83	421.63
Завтрак 2	ЯБЛОКО	115	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		115.00	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 МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		733.00	18.81	20.60	94.62	560.82
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	29	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ (диета)	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		281.00	9.88	1.95	64.36	319.24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		500.00	11.37	19.86	43.60	458.33
Итого за день		2081.00	52.63	54.25	283.21	1807.02

Исполнитель: Заведующий складом (Пермякова)
Шеф-повар: (Румянцева О.А.)