

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ
(Дудина Е. В.)
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	
			Белки	Жиры	Углевод ы		
15.07.2025							
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81	
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5	
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62	
	Итого за завтрак 1	409.00	9.29	9.36	48.11	310.93	
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за завтрак 2		100.00	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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35	
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8	
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6	
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15	
	Итого за обед	720.00	20.56	19.59	96.86	664.60	
	Полдник	КЕФИР	193	5,99	0,2	7,99	61,94
		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		243.00	9.19	2.86	33.71	208.23	
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4	
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8	
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2	
	БАТОН	29	2,1	0,35	17,99	83,3	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78	
	Итого за ужин 1	519.00	10.49	8.87	67.79	406.83	
Итого за день		1994.00	49.93	41.08	256.27	1637.59	

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