

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Дудина Е.В.)
 20.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
21.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,83
	БАТОН	25	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		430,00	10,49	12,06	52,86	363,33
Завтрак 2	СОК	188	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		188,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		750,00	19,10	23,45	81,09
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	29	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		269,00	8,59	6,50	57,96	326,40
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	61	1,6	3,6	6,9	65,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1		506,00	16,01	30,68	45,84	519,12
Итого за день		2146,00	55,19	72,89	257,55	1839,76

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