

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Дудина Е.В.)
28.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	40	3,16	0,56	32,76	148,8
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	Итого за завтрак 1	659.00	23.71	22.95	120.22	780.68
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		110.00	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 РАСТИТЕЛЬНЫ М МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й 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	190	5,99	0,2	7,99	61,94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННА	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		240.00	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
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	36	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	526.00	24.59	12.05	65.09	441.28
Итого за день		2258.00	78.45	57.85	325.68	2141.79

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