

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Ведерникова И.Г.)

19.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр5,7 по 1 порции	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ С САХАРОМ гр5,7 по 1 порции	180	0	0	8,8	35,29
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 1 порция	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		762.00	16.89	17.98	104.18	643.42
Завтрак 2	СОК	200	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		200.00	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 РАСТИТЕЛЬНОМ 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
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		720.00	23.98	21.26	98.17
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА `ТВОРОЖНАЯ`	70	6,65	5,47	34,06	220,35
	ЧАЙ С САХАРОМ гр7 1 порция	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5,7 по 1 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		479.00	13.35	5.80	59.20	354.98
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	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
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 1 порция	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		529.00	25.06	12.07	70.83	470.78
Итого за день		2593.00	79.68	57.51	342.18	2199.38