

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий\_(Ведерникова И.Г.)  
20.05.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр5,7 по 1 порции	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр5,7 по 1 порции	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 1 порция	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		804.00	17.74	20.55	110.74	697.66
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		200.00	0.51		13.20	56.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		690.00	22.22	29.19	70.54	630.94
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
	ЧАЙ С САХАРОМ гр7 1 порция	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5,7,8 по 1 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		479.00	10.94	14.60	56.56	420.49
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,73	3,71	4,82	59,58
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) гр5,7,8 по 1 порции	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 1 порция	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		719.00	22.52	30.47	65.81	646.21
Итого за день		2895.00	73.93	94.81	316.85	2451.60