

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий____(Ведерникова И.Г.)
29.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр5 2 порции, гр7,8,11 по 1 порции	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр5,7,8,11 по 1 порции	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 2 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		834.00	19.29	21.50	111.57	718.39
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	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
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
Итого за обед		720.00	20.82	37.31	74.11	706.88
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ гр7,8,11 по 1 порции	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 2 порции	4	0,32	0,06	3,28	14,88
Итого за полдник		434.00	5.95	4.96	46.18	255.19
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ гр5 2 порции	150	10,7	10,6	23,6	230,4
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр7,8,11 по 1 порции	150	9,46	9,1	4,63	151,66
	ЧАЙ С САХАРОМ гр7,8,11 по 1 порции	180	0	0	8,8	35,29
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 2 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		959.00	42.62	40.72	107.19	967.10
Итого за день		3150.00	89.68	104.69	358.85	2733.56