

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Н.И. Колесникова)  
06.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.05.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	199	4,96	6	21,74	161,81
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр. Попугайчики)	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	29	1,74	0,29	14,91	69,02
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	197	3,11	3,43	14,87	98,58
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр. Окуньки, Считалочка, Гусельки, Почемучки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		829.00	14.49	19.80	73.61	526.92
Завтрак 2	ЯБЛОКО	113	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ С САХАРОМ диета (гр. Ладушки, Машенька)	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		313.00	0.40	0.40	19.58	86.21
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С	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
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (гр. Ладушки, Окуньки)	80	7,89	7,89	3,19	136
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр. Окуньки, Ладушки, Машенька)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		1036.00	37.33	37.13	107.60	933.52
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр. Окуньки, Ладушки, Машенька)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	СНЕЖОК	192	5,6	5	22	154
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		442.00	9.73	7.03	46.04	274.99
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	41	0,48	0	0,96	7,92
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РИС ОТВАРНОЙ диета (гр. Машенька)	150	3	3,3	34,05	173,7
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		624.00	14.81	9.22	84.51	471.80
Итого за день		3249.00	76.76	73.58	331.34	2293.44

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()