

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Двоеглазова С.В.)

14.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Почемучки, Машенька, Окуньки, Гусельки, Ладушки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		650.00	12.84	11.41	61.53	404.13
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Машенька, Окуньки, Гусельки, Ладушки, Попугайчики)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		400.00	1.13	0.23	19.84	87.01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,38	0	16,27	65,53
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета Машенька, Окуньки)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		920.00	23.53	26.51	76.08	667.32
Полдник	КЕФИР	194	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	29	3,25	2,57	41,25	201,3
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (Попугайчики, Ладушки, Гусельки)	28	0,03	0	22,23	89,88
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Гусельки)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за полдник		431.00	9.38	2.80	71.51	353.94
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	39	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета ( Гусельки, Ладушки, Машенька, Попугайчики 2)	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (Гусельки, Ладушки, Машенька, Попугайчики 2)	80	7,89	7,89	3,19	136
Итого за ужин 1		698.00	21.62	24.37	115.50	791.96
Итого за день		3102.00	68.50	65.32	344.46	2304.36

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Порошина М. Н.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Сунцова А.В.)