

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Двоеглазова С.В.)  
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                                                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                                                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 16.05.2025            |                                                                                          |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ                                                               | 200       | 5,39             | 7,22  | 22,35    | 175,55      |
|                       | БАТОН                                                                                    | 40        | 2,4              | 0,4   | 20,52    | 95,2        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                                           | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                                         | 200       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
|                       | КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>диета ( Почемучки, Гусельки, Ладушки, Попугайчики)           | 150       | 6,53             | 6,53  | 37,34    | 233,66      |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Почемучки, Гусельки, Ладушки, Машенька, Окуньки)                   | 200       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01        |
| Итого за завтрак 1    |                                                                                          | 795.00    | 17.70            | 21.03 | 96.00    | 643.62      |
| Завтрак 2             | ЯБЛОКО диета ( Гусельки, Ладушки)                                                        | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
|                       | АПЕЛЬСИН                                                                                 | 150       | 0,89             | 0,2   | 8,1      | 43          |
| Итого за завтрак 2    |                                                                                          | 250.00    | 1.29             | 0.60  | 17.90    | 90.00       |
| На весь день          | Соль йодированная                                                                        | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |                                                                                          | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ                                                      | 45        | 0,8              | 3,47  | 3,02     | 46,22       |
|                       | ЩИ                                                                                       | 200       | 2,32             | 3,28  | 4,16     | 55,2        |
|                       | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                                                        | 150       | 3,17             | 3,92  | 14,25    | 127,33      |
|                       | СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                                                                          | 80        | 13,44            | 4,88  | 3,56     | 116         |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                              | 47        | 1,93             | 0,35  | 14,18    | 68,6        |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                                              | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7        |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ диета (Почемучки, Гусельки, Попугайчики, Машенька) | 150       | 3,9              | 5,5   | 39,1     | 126,4       |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета ( Машенька, Окуньки, Попугайчики)                                   | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
| Итого за обед         |                                                                                          | 1032.00   | 25.67            | 21.43 | 88.01    | 579.27      |
| Полдник               | МОЛОКО                                                                                   | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                       | БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА `                                                                      | 50        | 3,6              | 3     | 27,2     | 152         |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета ( Гусельки, Почемучки,)                                             | 200       | 0,13             | 0,03  | 0,04     | 1,01        |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета ( Попугайчики, Гусельки, Ладушки)                            | 29        | 0,03             | 0     | 23,03    | 93,09       |
| Итого за полдник      |                                                                                          | 479.00    | 9.36             | 7.93  | 59.57    | 350.90      |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                                          | 60        | 3,18             | 10,23 | 9,34     | 141,92      |
|                       | ОМЛЕТ                                                                                    | 150       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,13      |
|                       | БАТОН                                                                                    | 39        | 2,4              | 0,4   | 20,52    | 95,2        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                                                           | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
|                       | СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ<br>диета ( Ладушки, Почемучки)                               | 200       | 10,21            | 24,13 | 6,17     | 286,21      |
| Итого за ужин 1       |                                                                                          | 629.00    | 24.53            | 44.92 | 41.20    | 688.28      |
| Итого за день         |                                                                                          | 3188.00   | 78.55            | 95.91 | 302.68   | 2352.07     |

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Порошина М. Н.)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Сунцова А.В.)