

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Никифорова Н.И.)

25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	201	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	35	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 (Машенька, Почемучки, Ладушки, Попугайчики, Окуньки, Гусельки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		646.00	12.84	11.41	61.53	404.13
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	127	0,89	0,2	8,1	43
	ЯБЛОКО диета (Гусельки, Ладушки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		227.00	1.29	0.60	17.90	90.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ диета (Попугайчики, Ладушки, Машенька, Окуньки, Гусельки)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		33.00	2.37	0.42	24.57	111.60
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	47	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Машенька, Попугайчики, Окуньки)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета (Машенька)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за обед		1097.00	33.53	50.71	78.92	940.48
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	28	3,25	2,57	41,25	201,3
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (Попугайчики, Ладушки, Машенька, Гусельки)	28	0,03	0	22,23	89,88
	ЧАЙ С САХАРОМ диета (Гусельки)	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		456.00	9.27	2.77	81.25	392.33
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	28	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	25	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ Диета (Попугайчики, Ладушки, Гусельки)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
Итого за ужин 1		632.00	20.67	33.72	89.03	748.24
Итого за день		3091.00	79.97	99.63	353.20	2686.78

Исполнитель: Кладовщик _____ (Порошина М. Н.)

Шеф-повар: _____ (Сунцова А.В.)