

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_()  
21.05.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                         |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 22.05.2025                 |                                         |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША `АССОРТИ`                          | 200       | 5,1              | 5,5   | 26,1     | 172,6       |
|                            | БАТОН                                   | 20        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                          | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                            | КАКАО С МОЛОКОМ                         | 200       | 2,9              | 2,5   | 14,87    | 98,8        |
| Итого за завтрак 1         |                                         | 425.00    | 9.55             | 12.40 | 53.87    | 368.40      |
| Завтрак 2                  | ЯБЛОКО                                  | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
| Итого за завтрак 2         |                                         | 100.00    | 0.40             | 0.40  | 9.80     | 47.00       |
| На весь день               | Соль йодированная                       | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                         | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ | 60        | 0,9              | 3     | 3,9      | 47,9        |
|                            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ                        | 200       | 2,88             | 2,29  | 15,36    | 93,6        |
|                            | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ    | 150       | 5,56             | 4,85  | 33,71    | 208,94      |
|                            | БИТОЧКИ ИЗ КУР                          | 78        | 9,2              | 8,7   | 13,5     | 176,09      |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 45        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                            | СОУС СМЕТАННЫЙ С                        | 50        | 0,88             | 4,25  | 2,84     | 53,3        |
|                            | БАТОН                                   | 16        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
|                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 180       | 0                | 0     | 9,7      | 38,7        |
| Итого за обед              |                                         | 779.00    | 22.30            | 23.53 | 102.61   | 724.93      |
| Полдник                    | КЕФИР                                   | 211       | 5,99             | 0,2   | 7,98     | 61,91       |
|                            | ПЕЧЕНЬЕ                                 | 20        | 0,02             | 0     | 15,88    | 64,2        |
| Итого за полдник           |                                         | 231.00    | 6.01             | 0.20  | 23.86    | 126.11      |
| Ужин 1                     | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                        | 58        | 0,8              | 4     | 3,4      | 57          |
|                            | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                        | 180       | 7,52             | 9,21  | 34,2     | 250,62      |
|                            | БАТОН                                   | 28        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                            | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                          | 180       | 0,12             | 0,03  | 0,04     | 0,91        |
| Итого за ужин 1            |                                         | 446.00    | 10.54            | 13.59 | 55.63    | 391.83      |
| Итого за день              |                                         | 1984.00   | 48.80            | 50.12 | 245.77   | 1658.27     |
| Среднее значение за период |                                         | 1984.00   | 48.80            | 50.12 | 245.77   | 1658.27     |

Исполнитель: \_\_\_\_\_()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_()