

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 28.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	198	6,26	6,11	29,65	159,18
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		405.00	10.69	12.94	56.68	346.81
Завтрак 2	МАНДАРИН	118	0,53	0,13	14,44	60,8
	СОК (фруктовый/овощной)	156	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		274.00	1.28	0.28	29.28	125.30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	57	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,47	11,31	17,27	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	2,85	0,41	22,4	99,78
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,1	13,96	57,16
Итого за обед		713.00	25.42	18.92	79.01	595.18
Полдник	МОЛОКО	147	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		167.00	4.22	3.68	22.86	142.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,17	38,03
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		413.00	10.93	13.48	21.19	262.48
Итого за день		1977.00	52.54	49.30	209.02	1472.57
Среднее значение за период		1977.00	52.54	49.30	209.02	1472.57

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()