


 УТВЕРЖДАЮ  
 ио Заведующего \_\_\_\_\_ (Баснина К.С)  
 18.08.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

| Прием<br>пищи         | Наименование блюда                     | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|----------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                        |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 18.08.2025            |                                        |              |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ                  | 200          | 4,87             | 5,3   | 25,56    | 168,96      |
|                       | БАТОН                                  | 25           | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                         | 5            | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                       | 200          | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
| Итого за завтрак 1    |                                        | 430.00       | 9.62             | 12.40 | 54.16    | 366.66      |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)                | 196          | 1                | 0,2   | 19,8     | 86          |
|                       | ЯБЛОКО                                 | 100          | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 47          |
| Итого за завтрак 2    |                                        | 296.00       | 1.40             | 0.60  | 29.60    | 133.00      |
| На весь<br>день       | Соль йодированная                      | 3            | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |                                        | 2.00         |                  |       |          |             |
| Обед                  | САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ       | 60           | 2,14             | 6,05  | 4,66     | 81,18       |
|                       | СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ              | 179          | 3,63             | 5,5   | 16,32    | 167,94      |
|                       | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ     | 150          | 2,71             | 2,9   | 15,22    | 98,98       |
|                       | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)    | 80           | 9,93             | 23,35 | 10,18    | 278,3       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 30           | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180          | 0                | 0     | 9,7      | 38,7        |
| Итого за обед         |                                        | 679.00       | 20.09            | 38.04 | 69.40    | 723.90      |
| Полдник               | МОЛОКО                                 | 200          | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                       | ПРЯНИКИ                                | 55           | 3,25             | 2,57  | 41,25    | 201,3       |
| Итого за полдник      |                                        | 255.00       | 8.85             | 7.47  | 50.55    | 306.10      |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60           | 0,69             | 4     | 5,5      | 61          |
|                       | СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ                       | 148          | 17,8             | 14,12 | 29,77    | 313,67      |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                         | 50           | 0,6              | 2,2   | 2,3      | 38,5        |
|                       | БАТОН                                  | 37           | 2,22             | 0,37  | 18,98    | 88,06       |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 180          | 0,8              | 1     | 11,41    | 44,06       |
| Итого за ужин 1       |                                        | 475.00       | 22.11            | 21.69 | 67.96    | 545.29      |
| Итого за день         |                                        | 2137.00      | 62.07            | 80.20 | 271.67   | 2074.95     |

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Костина Н.Н)  
 повар: \_\_\_\_\_ (Татаурова М.С)