



Заведующий (Царегородцева А.Н.)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	197	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	197	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		429.00	13.44	11.78	52.81	373.30
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		294.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	59	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		728.00	22.58	34.18	67.65	611.97
Полдник	МОЛОКО	195	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		243.00	6.83	5.10	43.40	248.70
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,97	10,16	27,48	308,11
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	29	0,78	2,84	3,08	40,96
	БАТОН	31	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		440.00	27.96	13.38	48.59	433.19
Итого за день		2137.00	72.21	65.04	242.05	1800.16

Исполнитель: _____ (Костина Н.Н.)
 повар: _____ (Целищева Г.В.)