



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Царегородцева А.Н)
30.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	197	4,96	6	21,74	161,81
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	38	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		470.00	17.74	17.18	50.59	432.28
Завтрак 2	ЯБЛОКО	202	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		202.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	198	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	79	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		716.00	18.06	47.49	79.66	827.59
Полдник	МОЛОКО	196	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		245.00	8.57	6.50	42.08	262.20
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	198	7,23	11,21	47,55	323,67
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	177	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		456.00	12.48	14.09	99.79	503.32
Итого за день		2091.00	57.65	86.06	291.72	2119.39

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