



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Царегородцева А.Н)
31.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.03.2025						
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)	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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	56	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	198	5,17	5,54	8,54	119,82
	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		694.00	21.63	38.08	61.62	675.78
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	36	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		236.00	7.20	5.50	32.40	208.70
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	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		416.00	29.77	16.13	58.66	494.03
Итого за день		2072.00	69.62	72.71	236.44	1878.17

Исполнитель: Маша (Костина Н.Н)
повар: Демья (Демьяшева О.Е)