

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Токмолаева Е.Н)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	225	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	9	0,11	9,34	0,11	84,38
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	212	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		474.00	9.91	17.79	54.76	417.18
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
	АПЕЛЬСИН	110	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		308.00	1.89	0.40	27.90	129.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	62	1	4	4,9	59,7
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	248	2,96	4,64	7,84	94,72
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	95	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	208	0	0	10,78	43
	Итого за обед		842.00	18.63	22.47	89.41
Полдник	МОЛОКО	226	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	52	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		278.00	5.64	4.90	41.06	233.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	64	0,89	3	11,1	75,8
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	219	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	40	2,23	0,37	19,09	88,56
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	185	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		508.00	11.44	13.58	75.80	459.04
Итого за день		2413.00	47.51	59.14	288.93	1804.64
Среднее значение за период		2413.00	47.51	59.14	288.93	1804.64