

УТВЕРЖДАЮ

30.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углевод ы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	197	6,09	5,73	25,03	174,51
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ аллергикам	212	4,5	5,9	22	159
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	197	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ аллергикам	199	0	0	9,78	39,21
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	36	1,6	0,6	23,1	103,9
	БАТОН	18	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за завтрак 1		859.00	16.92	15.13	105.87	629.71
Завтрак 2	ГРУША	165	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак 2		165.00	0.40	0.30	10.30	47.00
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	9	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		13.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ `ДАЧНЫЙ`	58	0,9	2,7	26,3	52,89
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	198	7,76	3,84	10,48	111,2
	АЗУ (СВИНИНА)	198	13,33	24,06	22,9	314,1
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	198	0,2	0	14,3	59,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,74	0,5	20,14	97,47
Итого за обед		698.00	24.93	31.10	94.12	635.16
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ аллергикам	199	0	0	9,78	39,21
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	55	3,92	8,1	25,48	205,62
Итого за полдник		453.00	9.52	13.00	44.56	349.63
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	59	2,82	11,6	4,18	133,07
	ОМЛЕТ	147	11,78	13,59	4,8	187,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ аллергикам	129	3,11	3,97	32,37	177,22
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ аллергикам	79	7,89	7,89	3,19	136
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	199	0,22	0,22	15,43	74,33
	БАТОН	36	3,05	0,4	20,52	104,79
Итого за ужин 1		649.00	28.87	37.67	80.49	812.91
Итого за день		2837.00	83.01	97.62	359.91	2586.01

Исполнитель: Кладовщик _____ (Казакова Оксана Александровна)
Шеф-повар: _____ (Малых Лариса Вячеславовна)