

УТВЕРЖДАЮ

29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	197	4,95	6	21,74	161,83
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ аллергикам	199	4,78	6,09	49,94	272,91
	КАКАО С МОЛОКОМ	196	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ С САХАРОМ аллергикам	198	0	0	9,78	39,21
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	28	2,31	0,3	15,53	79,3
Итого за завтрак 1		822.00	14.99	19.04	111.91	689.55
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.89	0.20	8.10	43.00
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 ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	59	0,72	3,1	5,66	53,46
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	197	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	129	3,11	3,96	32,32	176,92
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	76	11,39	9,6	5,9	163
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	198	0,19	0,08	14,38	58,31
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,78	0,51	20,46	99,03
Итого за обед		707.00	23.31	20.85	93.60	663.52
Полдник	ЙОГУРТ	181	5,8	5	22	156
	ЧАЙ С САХАРОМ аллергикам	198	0	0	9,78	39,21
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	18	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за полдник		412.00	7.36	5.20	65.86	343.90
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,53	0	1,47	8,4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	148	5,45	10,92	20	199,96
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,69	102,34
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	198	0,04	0	10,17	40,87
	БАТОН	28	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за ужин 1		495.00	11.97	15.32	49.72	430.16
Итого за день		2549.00	60.89	61.03	353.76	2281.73

Исполнитель: Кладовщик _____ (Казакова Оксана Александровна)

Шеф-повар: _____ (Малых Лариса Вячеславовна)